

[様式2]

令和7年度 人吉市立第一中学校 陸上競技部 [1] 月の活動計画 [計画書]

日	曜	活動日に○	主な活動内容	活動時間	活動場所	備考
1	木	×				元旦
2	金	×				
3	土	×				
4	日	×				
5	月	○	練習	8:00~午前中	一中グラウンド	仕事始め
6	火	○	練習	8:00~午前中	一中グラウンド	
7	水	×				職員会議
8	木	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	始業式 課題テスト
9	金	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	課題テスト
10	土	○	新春LSDチャレンジ	8:00~午前中	一中周辺	
11	日	○	練習	8:00~午前中	一中グラウンド	
12	月	×				成人の日
13	火	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	
14	水	×				校内研修
15	木	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	専門委員会
16	金	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	
17	土	○	タイムトライアル会	8:00~午前中	錦国体球場	
18	日	×				修学旅行
19	月	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	修学旅行
20	火	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	修学旅行
21	水	×				2年生振替休業日 ノー部活動デー
22	木	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	
23	金	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	
24	土	○	練習	8:30~11:30	一中グラウンド	
25	日	○	ひとよし温泉マラソン	7:30~午前中	歴史広場	
26	月	×				
27	火	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	
28	水	×				ノー部活動デー
29	木	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	
30	金	○	練習	16:20~17:20	一中グラウンド	
31	土	○	合同練習	午前中	調整中	

※ 練習試合や大会等については、別途計画で示します。

活動日 20 日	→	活動内容 休養日 11 日	練習 16 日	練習試合 1 回	大会 1 日	その他 2 日	校長 確認
-------------	---	---------------------	------------	-------------	-----------	------------	----------

※提出時にチェック

<input checked="" type="checkbox"/> 部活動指針に沿って計画した。
--