

令和3年度 西原村立西原中学校 陸上部 [1 1] 月の活動計画

日	曜	活動日に○	活動内容【練習メニュー】	活動時間	活動場所	備考
1	月	○	練習【長：D 短：D】	放課後～17:30	運動場	
2	火	○	練習【長：A 短：A】	放課後～17:30	運動場	
3	水	○	練習【長：G 短：C】	9：00～12：00	村民グラウンド	文化の日
4	木	休み				
5	金	○	練習【長：J 短：E】	放課後～17:30	運動場	
6	土	○	練習【長：H 短：F】	9：00～12：00	運動場	
7	日	休み				家庭の日
8	月	○	練習【長：B 短：B】	放課後～17：30	運動場	
9	火	○	練習【長：A 短：E】	放課後～17：30	運動場	
10	水	休み				
11	木	○	練習【長：C 短：D】	放課後～17：30	運動場	
12	金	○	練習【長：F 短：A】	放課後～17：30	運動場	
13	土	○	スポーツの森で練習	別途計画	スポーツの森	
14	日	休み				
15	月	○	練習【長：D 短：T.T】	放課後～17：30	運動場	
16	火	○	練習【長：A 短：A】	放課後～17：30	運動場	
17	水	休み				
18	木	○	練習【長：J 短：F】	放課後～17：30	運動場	
19	金	○	練習【長：E 短：C】	放課後～17：30	運動場	合唱コンクール
20	土	○	熊本レディース陸上大会・練習	別途計画	えがお健康スタジアム	
21	日	休み				
22	月	○	練習【長：T.T 短：A】	放課後～17：30	運動場	
23	火	○	練習【長：J 短：B】	9：00～12：00	運動場	勤労感謝の日
24	水	○	練習【長：B 短：E】	放課後～17：30	運動場	
25	木	休み	テスト前休み			
26	金	休み	テスト前休み			
27	土	休み	テスト前休み			
28	日	休み	テスト前休み			
29	月	休み	テスト前休み			後期中間テスト
30	火	○	練習【長：A 短：A】	放課後～17:30	運動場	後期中間テスト

- ※ 練習試合や大会等については、別途計画を配付します。
- ※ 赤のついている日は、グラウンドのトラック使用予定日となっています。
- ※ 練習メニューは変更する場合があります。