

2023年度 陸上競技部 練習予定(8月版)

月	日	曜	大会・競技会	練習	場所	時間	備考	学校行事等	
8月	1	火		○		8:00~11:00			
	2	水		○		8:00~11:00			
	3	木		×					
	4	金		○		8:00~11:00			
	5	土		○		8:00~11:00			
	6	日		×					
	7	月		○		8:00~11:00			
	8	火		○		上柚木	8:00~11:00		ハードル練習会
	9	水		○			8:00~11:00		山の日
	10	木		×					閉庁日
	11	金		○		学校	8:00~11:00		
	12	土	多摩選手権大会	★		上柚木陸上競技場			
	13	日	多摩選手権大会	★		上柚木陸上競技場			
	14	月		×					閉庁日
	15	火		×					閉庁日
	16	水		△					
	17	木		△					
	18	金		△					
	19	土		○			8:00~11:00		
	20	日		×					
	21	月		○			8:00~11:00		
	22	火		○			8:00~11:00		
	23	水		○			8:00~11:00		
	24	木		×					
	25	金		○			8:00~11:00		
	26	土		○			8:00~11:00		
	27	日		△					
	28	月		△					
	29	火		△					
	30	水		△					
	31	木		○			8:00~11:00		

△印は未定日となります。夏休みは他校との合同練習なども入る場合があります。急な変更などありますが、ご了承ください。

2023年度 陸上競技部 練習予定(7月版)

月	日	曜	大会・競技会	練習	場所	時間	備考	学校行事等	シーズンイン	
7月	1	土		×						
	2	日		×						
	3	月		×				期末考査		
	4	火		×				期末考査		
	5	水		×				期末考査		
	6	木		×				期末考査		
	7	金			○		40*6			
	8	土	都選抜・一年生大会	★		駒沢陸上競技場				
	9	日	都選抜・一年生大会	★		駒沢陸上競技場				
	10	月			○		40*6		科目選択締め切り	
	11	火			○		40*6			
	12	水			○		50*4		熱中症予防	
	13	木			×		50*4			
	14	金			○					
	15	土			○				学校見学会	
	16	日			×					
	17	月			○	競技場		海の日		
	18	火			○		50*4			
	19	水			○		50*4			
	20	木			×		50*4		終業式	
	21	金			○			夏休み	夏季講習①	
	22	土			○	競技場				
	23	日			×					
	24	月			○					
	25	火			○					
	26	水			○					
	27	木			×					
	28	金			○					
	29	土			○	競技場				
	30	日			×					
	31	月			○					

夏休みが始まります、規則正しい生活をしましょう。
8月に多摩選手権があります。技術練習をしっかりと行い、タイムの更新を目指しましょう。

