

2023年夏休み 勝田二中陸上部 練習計画予定表



月 日	曜日	行 事	活動時間	駅伝練習	備考
7月31日	月		8:30~11:00	7:40~8:30	
8月1日	火		OFF	OFF	
2	水		OFF	OFF	
3	木		8:30~11:00	7:40~8:30	
4	金		8:30~11:00	7:40~8:30	
5	土		8:30~11:00	7:40~8:30	
6	日		OFF	OFF	
7	月		8:30~11:00	7:40~8:30	
8	火	2学年登校日	8:30~10:30	7:40~8:30	1年生のみ
9	水	1、2学年登校日	OFF	OFF	
10	木	1、2学年登校日	OFF	OFF	
11	金	山の日	8:30~11:30	7:30~9:30★試走	笠松運動公園陸上競技場
12	土		OFF	OFF	
13	日		OFF	OFF	
14	月	閉庁日	OFF	OFF	
15	火	閉庁日	OFF	OFF	
16	水	閉庁日	OFF	OFF	
17	木		OFF	OFF	
18	金		8:30~11:00	7:40~8:30	
19	土		OFF	OFF	
20	日		OFF	OFF	
21	月		OFF	OFF	
22	火	駅伝部タイムトライアル	8:30~11:00	7:40~8:30	
23	水	駅伝部タイムトライアル	8:30~11:00	7:40~8:30	
24	木		OFF	OFF	
25	金		部活休止期間のためOFF ※持久力や筋力、身体の動きの維持のためにお家でできること（ランニングやBCTなど）をやる う		
26	土				
27	日				
28	月				
29	火				
30	水				
31	木				
9月1日	金	校開始 特別日課	OFF	OFF	
2	土	★中学記録会			
3	日		OFF	OFF	
4	月		OFF	OFF	

- 新体制での始動開始です。最後まであきらめずにベストを尽くす姿勢を1、2年生に引き継いでくれた3年生に代わって、2年生が本格的に部の中心となり活動していきます。今の2年生部員らしさも忘れずに、元気に陸上競技部を引っ張って行ってほしいです。陸上競技部一人一人が目標に向かって努力していけるよう、サポートしていきます。保護者の皆様、引き続きご協力お願い致します。
- 8月11日（金）山の日、笠松の陸上競技場での練習を予定しています。保護者送迎になります。
- 9月の大会等の予定
 - 9月 2日（土）県中学記録会（笠松陸上競技場）
 - 16日（土）県中学新人記録会（笠松陸上競技場）
 - 28日（木）29日（金）県中学新人大会（笠松陸上競技場）
- ※2日（土）と16日（土）は、保護者送迎になります。よろしくお願い致します。