

2024年 3月 勝田二中陸上部 練習計画予定表

3月の活動時間		15:55~17:30 (17:45完全下校)		
月 日	曜日	行 事	活動時間	備考
3月1日	金		放課後練習	
2	土		8:00~10:30	
3	日		OFF	
4	月		OFF	
5	火		放課後練習	
6	水		放課後練習	
7	木	委員会	OFF	
8	金		放課後練習	
9	土		8:00~10:30	
10	日		OFF	
11	月	卒業式	OFF	
12	火		放課後練習	
13	水		放課後練習	
14	木		OFF	
15	金		放課後練習	
16	土		8:00~10:30	強化指定選手練習日
17	日		OFF	
18	月		OFF	
19	火		放課後練習	
20	水	春分の日	8:00~10:30	
21	木	給食終了	OFF	
22	金	修了式	OFF	
23	土	★ひたちなか市陸上記録会	7:30集合 13:10解散	ひたちなか市総合運動公園
24	日		OFF	
25	月		OFF	
26	火		OFF	
27	水		8:00~10:30	
28	木		8:00~10:30	
29	金	離任式	OFF	
30	土		OFF	
31	日		OFF	

- いよいよ移行期の3月です。気候も徐々に暖くなり体も動いてくると思いますが、体と向き合いながら故障につながらないように練習していければと思います。3月の練習では、量より質を重視してドリルの練習やフォームを、より意識していけるよう皆で頑張っていければと思います。
- 3月23日(土)に、ひたちなか市陸上記録会があります。場所は、ひたちなか市総合運動公園です。保護者送迎になります。ご協力、お願いいたします。