

5月の練習予定表

田彦中 陸上競技部 R4. 4. 27

日	曜	練習	場所・時間	備考	市総体まで
1	日	OFF			18
2	月	OFF		委員会	17
3	火	第60回県中学陸上記録会	笠松運動公園	憲法記念日	16
4	水	OFF		みどりの日	15
5	木	OFF		こどもの日	14
6	金	種目練習、1年生選考会	～17:55		13
7	土	種目練習、1年生選考会	8:30～11:30		12
8	日	OFF			11
9	月	OFF			10
10	火	種目練習＋トレーニング	～17:55		9
11	水	種目練習	～17:55		8
12	木	ジョグ＋補強＋ストレッチ(レスト)	～17:00		7
13	金	種目練習＋サーキット	～17:55	部活動保護者会	6
14	土	種目練習＋走力アップ	8:30～11:30		5
15	日	OFF			4
16	月	OFF		陸上壮行会	3
17	火	ジョグ＋ストレッチ、ミーティング	～17:00		2
18	水	種目練習(調整練習)	～17:00		1
19	木	市総合体育大会	ひたちなか総合運動公園		
20	金	ミーティング	～17:00		
21	土	OFF			
22	日	種目練習	8:30～11:30		
23	月	OFF			
24	火	ジョグ＋ストレッチ、ミーティング	～17:00		
25	水	種目練習(調整練習)	～17:00		
26	木	中央地区総合体育大会	笠松運動公園		
27	金	ミーティング	～17:00		
28	土	種目練習＋走力アップ	8:30～11:30		
29	日	OFF			
30	月	OFF			

★今後の予定

6/18(土) 第163回県中学記録会 笠松運動公園陸上競技場
 6/25(土) 通信陸上競技茨城大会 1日目 笠松運動公園陸上競技場
 6/26(日) 通信陸上競技茨城大会 2日目 笠松運動公園陸上競技場

ベストコンディションで市総体・中央総体を迎えられるよう調整しよう！

※ 休日の急な欠席や遅刻のときには、必ず連絡をしてください。

※ 大会の時は、後日別紙を出します。