

陸上 部 11月1日～11月30日 活動計画

日	曜	実施日	学校行事	活動場所	開始時間	終了時間	備考
1	土	○		グラウンドor体育館	8:30	11:30	体育館は11:00まで
2	日	×					
3	月	○	・文化の日	グラウンドor体育館	13:30	16:30	体育館は16:00まで
4	火	×	・常任,局会,学協②				
5	水	×	・諸会議・完全下校				
6	木	○	・3年学力テスト総合C	学校	15:30	18:20	
7	金	×	・諸会議・完全下校				
8	土	○		グラウンドor体育館	8:30	11:30	体育館は11:00まで
9	日	×					
10	月	○		学校	16:00	18:20	
11	火	×	・職員会議・ノー部活デー 完全下校				
12	水	○		1F廊下	16:00	18:20	※ここからは基本的に学校内で練習
13	木	○		1F廊下	16:00	18:20	
14	金	×	・教育相談①(・完全下校)				教育相談生徒は学校待機可
15	土	○		体育館	8:30	11:30	体育館は11:00まで
16	日	×					
17	月	○	・教育相談②(・完全下校)	1F廊下	16:30	18:30	
18	火	○	・教育相談③(・完全下校)	1F廊下	16:30	18:30	
19	水	×	・教育相談④(・完全下校)				
20	木	○	・教育相談⑤(・完全下校)	1F廊下	16:30	18:30	
21	金	○	・2年職場講演会	1F廊下	16:00	18:20	
22	土	×					
23	日	×	勤労感謝の日				
24	月	○	振替休日	体育館	13:30	16:30	体育館は16:00まで
25	火	×	・生徒協議会②・常任,局会,学協③				
26	水	×	・諸会議・完全下校				
27	木	○		1F廊下	16:00	18:20	
28	金	○		1F廊下	16:00	18:20	
29	土	○		体育館	8:30	11:00	体育館は11:00まで
30	日	×					

【連絡事項】
・特に11/12よりも前の練習については、状況によって活動場所が変わります。
・ウィンドブレイカーやベンチコートなどで寒さ対策・ケガ対策をしましょう。
・ケガの防止のため、家でもストレッチを欠かさずやると良いでしょう。
・部活の練習だけでなく、来シーズンに向けて体幹トレーニングなどの自主練習にも取り組みましょう。
（他校の選手はつどーむなどでも自主練習をしているそうです。※身分証持っていくとよい）

顧問氏名 伊藤 毅・山下 大斗・矢口 拓弥・佐々木 香波