

陸上

部 7月25日～8月31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
25	土	○	※夏季休業～8/23	グラウンド	9:30	11:00	全道参加者のみ練習(～12:30自主練習可能)
26	日	○		グラウンド	8:30	11:30	全道参加者以外練習 全道大会(旭川)移動日
27	月	○		旭川・花咲	全道参加者以外はオフ		全道大会1日目
28	火	○		旭川・花咲	全道参加者以外はオフ		全道大会2日目
29	水	○		旭川・花咲	全道参加者以外はオフ		全道大会3日目
30	木	○		グラウンド	9:30	11:30	札中権前最終調整
31	金	○		厚別	7:00	未定	札幌中学校陸上選手権大会
1	土	○		厚別	7:00	未定	札幌中学校陸上選手権大会
2	日	×					
3	月	×					
4	火	○		グラウンド	9:30	12:30	
5	水	×					
6	木	○		グラウンド	9:30	12:30	
7	金	○		グラウンド	9:30	12:30	
8	土	○		グラウンド	9:30	12:30	
9	日	×					
10	月	○	体育館ワックスがけ (8月14日まで体育館使用不可)	グラウンド	9:30	12:30	体育館使用不可
11	火	○	山の日	グラウンド	9:30	12:30	体育館使用不可
12	水	×	・夏季休校日(部活不可)				
13	木	×	・夏季休校日(部活不可)				
14	金	×	・夏季休校日(部活不可)				
15	土	×					
16	日	○		グラウンド	9:30	11:30	新人戦前最終調整(～12:30自主練習可能)
17	月	○		厚別	7:00	未定	新人戦
18	火	○		厚別	7:00	未定	新人戦
19	水	×					
20	木	未定			未定		(全国大会一山口県、移動日)
21	金	未定			未定		(全国大会一山口県)
22	土	未定			未定		(全国大会一山口県)
23	日	未定			未定		(全国大会一山口県)
24	月	×	・2学期始業式 ・ノ一部活デー 完全下校				
25	火	×	・完全下校 再登校				
26	水	○	・選管② ・5時間授業(活動時間注意)	グラウンド	15:00	17:20	
27	木	×	・5時間授業(活動時間注意)				
28	金	○	・5時間授業(活動時間注意)	グラウンド	15:00	17:20	
29	土	○		グラウンド	9:30	12:30	
30	日	×					
31	月	○	・生徒協議会・常任,局会・選管③	グラウンド	16:00	18:20	

【連絡事項】
・大会の要項やタイムテーブル等は、アスリートランキングHPや札幌陸協HP(北海道陸協HP)などにアップされますので、こまめにご確認下さい。
・お盆のオフが終わると、すぐに新人戦があります。お盆期間中も体を動かし、大会で力を発揮できるように準備しましょう。
・練習日以外には、厚別競技場の一般開放も活用すると良いでしょう。(身分証持参、円山は改修工事中?) 自宅でも補強や研究など、できることに取り組みましょう。

顧問氏名

伊藤 毅・矢口 拓弥・佐々木 香波