

2021年12月

桐朋中学高等学校陸上競技部

	学校行事	高校		中学		特記事項
		試合等	練習	試合等	練習	
1	水		○通常		休養	
2	木		休養		○通常	
3	金		○通常		休養	
4	土		○通常		○通常	
5	日		休養		休養	
6	月	考査発表	フリー		フリー	
7	火		フリー		フリー	
8	水		フリー		フリー	
9	木		フリー		フリー	
10	金		フリー		フリー	
11	土		フリー		フリー	
12	日		フリー	中強化(上)	フリー	
13	月	期末考査	フリー		フリー	
14	火	期末考査	フリー		フリー	
15	水	期末考査	フリー		フリー	
16	木	期末考査	考査終了後～		考査終了後～	
17	金	自宅学習	○12:00～府中		○12:00～府中	3時間以内(投擲可)
18	土	自宅学習	9:30～		9:30～	
19	日		休養	中強化(夢)	休養	
20	月	自宅学習	○9:30～		○9:30～	
21	火	生徒登校日	○HR終了後～		休養	
22	水	自宅学習	○13:00～府中		○13:00～府中	3時間以内(投擲可)
23	木	自宅学習	休養		○9:30～	
24	金	終業日	○HR終了後～		休養	
25	土		○9:30～		○9:30～	
26	日		高体連合宿 休養	中強化(上)	休養	
27	月		高体連合宿 ○9:30～	中強化(上)	○9:30～	
28	火		高体連合宿 ○9:30～	中強化(上)	○9:30～	
29	水		○9:30～		○9:30～	
30	木		フリー		フリー	
31	金		フリー		フリー	

年明け1/4～6は九十九里もしくは別の砂浜で合宿を実施します。