

2023年7月

桐朋中学高等学校陸上競技部

	学校行事	高校		中学		担当
		試合等	練習	試合等	練習	
1	土					
2	日					
3	月		IHに進出した者、もしくは必要に応じて、一定の練習を設けます		都総体出場者、もしくは必要に応じて、一定の練習を設けます	
4	火					
5	水					
6	木					
7	金		○考査終了後～		○考査終了後～	
8	土		都選抜(駒) ※競技会	総体(江) ※競技会		
9	日	自宅学習	都選抜(駒) ※競技会	総体(江) ※競技会		
10	月		休養		休養	
11	火	自宅学習	○8:30～		○8:30～	
12	水	生徒登校日	○HR終了後～		休養	
13	木	自宅学習	休養		○8:30～	
14	金	自宅学習	○8:30～		休養	
15	土	終業日	国体予選(駒) ○HR終了後～		○8:30～	
16	日		※慶應競技会	強化練(世田谷)	休養	
17	月		休養		休養	
18	火		○13:30～		○8:30～	
19	水		○13:30～		○8:30～	
20	木		休養		休養	
21	金		○13:30～		○8:30～	
22	土		○13:30～	通信(上) ※競技会		
23	日		休養	通信(上) ※競技会		
24	月		○13:30～		休養	
25	火		○13:30～	関東全国申込	○8:30～	
26	水		○13:30～		○8:30～	
27	木		休養	関東練習会(上)	休養	
28	金		○8:30～		○8:30～	
29	土		○8:30～		○8:30～	
30	日		休養		休養	
31	月		○8:30～		○8:30～	

□急な予定の変更はすべてHPでの連絡となりますので、定期的にチェックをお願いします。

□高2 夏期講習中の高校生の練習は13:30～となります。個人の事情もあるかもしれませんが、全体での練習を重視しますので、各自そのようなスケジュールを立ててください。