

2024年1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	月		フリー		フリー	
2	火		フリー		フリー	
3	水		フリー		フリー	
4	木		フリー		フリー	
5	金		フリー		フリー	
6	土	合宿（九十九里）				
7	日					
8	月					成人の日
9	火	始業日	休養		休養	
10	水		○通常		休養	
11	木		休養		○通常	
12	金		○通常		休養	
13	土	共通テスト	○通常		○通常	
14	日	共通テスト	休養	中強化（上）	休養	
15	月		○通常		○通常	
16	火		○通常 投		○通常	
17	水		○通常		休養	
18	木	高1外部実力	休養 投		○通常	
19	金		○通常		休養	
20	土		○通常		○通常	
21	日		休養	ロードレース（明星）	※試合	
22	月		○通常		休養	
23	火		○通常 投		○通常	
24	水	高2外部実力	○通常		休養	
25	木	中3復習テスト	休養		○通常	
26	金		○通常		休養	
27	土		○通常	中強化（上）	○通常	
28	日		休養	ロードレース予備日	休養	
29	月		○通常		○通常	
30	火		○通常 投		○通常	
31	水	入試準備（午後加ト）	フリー		フリー	