

2024年5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 (投)		○通常	
3	金 憲法記念日		○9:00~学校 (競技場かも)		○9:00~学校 (競技場かも)	
4	土 みどりの日		休養		休養	
5	日 こどもの日		○9:00~学校 (競技場かも)		○9:00~学校 (競技場かも)	
6	月 振替休日		休養	強化練 (世)	休養	
7	火		○通常 (投)		○通常	
8	水 中・遠足 高・スポ大		○通常		休養	
9	木		休養 (投)		○通常	
10	金 中・遠足予備 高・スポ大予備		○通常		休養	
11	土	都総体 (駒)	※競技会	地域別 (上)	※競技会	
12	日	都総体 (駒)	※競技会 (全員参加)	地域別 (上)	※競技会	
13	月		○通常		○通常	
14	火 考査発表		○通常 (投)		↑	
15	水		○通常		↑	
16	木		休養 (投)		↑	
17	金		○通常		↑	
18	土	都総体 (駒)	※競技会		フ	
19	日	都総体 (駒)	※競技会 (全員参加)		リ	
20	月		↑		リ	
21	火 ↑		フ		リ	
22	水 木 高 中		リ		リ	
23	木 中 中		↓		リ	
24	金 ↓ ラフ紹介		○考査終了後~		○考査終了後~	
25	土		○通常		○通常	
26	日	東女競 (東女)	※競技会	東女競 (東女)	※競技会	
27	月		○通常		○通常	
28	火		○通常 (投)		○通常	
29	水		○通常		休養	
30	木		休養 (投)		○通常	
31	金		○通常		休養	

◆GW中の練習場所は変更になるかもしれません。高校生は都総体、中学生は地域別大会と、とても重要な大会の一週間前です。リレーなどの練習も実施します。

◆考査前・中についても、完全休養ではなく、30分間のトレーニングは継続を。