

2024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	月						
2	火						
3	水	↑ 高 期 未 考 査 ↓ 中 期 未 考 査		都選拔出場者は短時間の練習を継続		都総体出場者は短時間の練習を継続	
4	木						
5	金						
6	土						
7	日						
8	月	自宅学習		〇8：30～		休養	
9	火	自宅学習		〇8：30～		〇8：30～	
10	水	自宅学習		〇8：30～		〇8：30～	
11	木	生徒登校日		休養		休養	
12	金	自宅学習		〇8：30～		〇8：30～	
13	土	自宅学習	都選抜（駒）	※競技会		〇8：30～	
14	日		都選抜（駒）	※競技会	強化練（上）	休養	
15	月		国体予選（駒）	休養		休養	
16	火	終業日		〇13：30～		〇13：30～	
17	水			〇8：30～		〇8：30～	
18	木	↑ 夏 期 行 事 ↑ 中 1 中 2 高 1 講 習 ↑ 高 3 講 習		休養		休養	
19	金			〇13：30～		〇8：30～	
20	土			〇13：30～	通信（上）	※競技会	
21	日			休養	通信（上）	※競技会	
22	月			〇13：30～		休養	
23	火			〇13：30～	関東全国申込	〇8：30～	
24	水			〇13：30～		〇8：30～	
25	木			休養	関東練習会（上）	休養	
26	金			〇13：30～		〇8：30～	
27	土			休養		休養	
28	日		東女競（東女） IH（福岡）	※競技会	東女競（東女）	※競技会	
29	月		IH（福岡）	休養		休養	
30	火		IH（福岡）	〇8：30～		〇8：30～	
31	水		IH（福岡）	〇8：30～		〇8：30～	

☐ 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。