

2025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	火			フリー		フリー	
2	水			フリー		フリー	
3	木	↑		フリー		フリー	
4	金	高 期 末 考 査		フリー		フリー	
5	土	中 期 末 考 査		フリー		フリー	
6	日			フリー		フリー	
7	月	↓		考査終了後～		考査終了後～	
8	火	自宅学習		○8：30～ (投)		○8：30～	
9	水	自宅学習		○8：30～		○8：30～	
10	木	自宅学習		休養		休養	
11	金	生徒登校日		○HR終了後～		○HR終了後～	
12	土	自宅学習	都選抜 (駒)	※競技会	総体 (上)	※競技会	
13	日		都選抜 (駒)	※競技会	総体 (上)	※競技会	
14	月	自宅学習		フリー		フリー	
15	火	終業日		○HR終了後～ (投)		○HR終了後～	
16	水			○8：30～		○8：30～	
17	木	↑		休養		休養	
18	金	↑		○13：30～		○8：30～	
19	土	夏 期 行 事		○13：30～		○8：30～	
20	日	中 1 中 2 高 1 高 2 高 3 講 習		休養	強化練 (上)	休養	
21	月	海の日		○8：30～		○8：30～	
22	火			○13：30～ (投)		○8：30～	
23	水			休養		休養	
24	木			○13：30～ (投)		○8：30～	
25	金			○13：30～		休養	
26	土			休養	通信 (上)	※競技会	
27	日			休養	通信 (上)	※競技会	
28	月			○13：30～		休養	
29	火			○13：30～ (投)		○8：30～	
30	水			休養		休養	
31	木			○8：30～ (投)		○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。