

2026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	金	高3模試	○通常		休養	
2	土		○通常		○通常	
3	日	憲法記念日	東女競 (東女) ※競技会	東女競 (東女) ※競技会		
4	月	みどりの日	ラビッツ (駒) ※競技会	ラビッツ (駒) ※競技会		
5	火	こどもの日	休養		休養	
6	水	振替休日	フリー		休養	
7	木		休養		○通常	
8	金		○通常		休養	
9	土		都総体 (駒) ※競技会	地域別 (上) ※競技会		
10	日		都総体 (駒) ※競技会	地域別 (上) ※競技会		
11	月	水曜時程	○通常		休養	
12	火		○通常		○通常	
13	水		○通常		休養	
14	木	中・遠足 高・スポ大	休養		○通常	
15	金		○通常		休養	
16	土	中・遠足予備 高・スポ大予備	都総体 (駒) ※競技会		○通常	
17	日		都総体 (駒) ※競技会		休養	
18	月		休養		○通常	
19	火	考査発表	フリー		※出場者は17:00まで	
20	水		フリー		休養	
21	木		フリー		※出場者は17:00まで	
22	金		フリー		休養	
23	土		フリー		※出場者は15:00まで	
24	日		フリー		休養	
25	月		フリー		※出場者は17:00まで	
26	火	木	フリー		休養	
27	水	木	フリー		※出場者は13:00まで	
28	木	木	フリー		休養	
29	金	木	○考査終了後～		○考査終了後～	
30	土	木	○通常	地域別 (上) ※競技会		高校新体制
31	日		休養	地域別 (上) ※競技会		

◆中間考査前は、中学地域別大会に出場する者は短く練習を行います。

そのことを踏まえた試験準備をしてください。