

第1表－2

## 陸上競技 部 令和5年1月活動計画・実績

日	曜日	計画		実績	
		活動時間・活動場所・休養日及び大会参加等		活動時間・活動場所・休養日及び大会参加等	
1	日	休養日		休養日	
2	月	休養日		休養日	
3	火	休養日		休養日	
4	水	休養日		休養日	
5	木	9:00～12:00	本校グラウンド	9:00～12:00	本校グラウンド
6	金	13:00～15:00	本校グラウンド	13:00～15:00	本校グラウンド
7	土	13:00～15:00	本校グラウンド	13:00～15:00	本校グラウンド
8	日	休養日		休養日	
9	月	休養日		休養日	
10	火	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～18:00	本校グラウンド
11	水	休養日		休養日	
12	木	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～18:00	本校グラウンド
13	金	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～18:00	本校グラウンド
14	土	休養日		休養日	
15	日	7:00～14:00	市民駅伝 市内特設コース	7:00～14:00	市民駅伝 市内特設コース
16	月	休養日		休養日	
17	火	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～18:00	本校グラウンド
18	水	休養日		休養日	
19	木	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～18:00	本校グラウンド
20	金	14:45～16:45	本校グラウンド	14:45～16:45	本校グラウンド
21	土	休養日		休養日	
22	日	7:00～14:00	ロードレース 明星大学旧青梅キャンパス	7:00～14:00	ロードレース 明星大学旧青梅キャンパス
23	月	14:45～16:45	本校グラウンド	14:45～16:45	本校グラウンド
24	火	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～17:00	本校グラウンド
25	水	休養日		休養日	
26	木	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～18:00	本校グラウンド
27	金	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～18:00	本校グラウンド
28	土	休養日		休養日	
29	日	休養日		休養日	
30	月	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～18:00	本校グラウンド
31	火	16:00～18:00	本校グラウンド	16:00～18:00	本校グラウンド

※顧問教員が不在で、部活指導員が監督責任者となる日は右欄に\*を付けること。