2022年 常盤平中学校　陸上部
6月 練習予定表
～目指すは頂点！夢の実現！～

今月の目標:①自己ベスト更新　②怪我をしないようケアの徹底　③基礎基本の徹底　④陸上を楽しむ心

日	曜	時間割	行事予定	練習予定		場所
1日	水	6	生徒総会	rest	自主練習	運動公園
2日	木	6		rest		
3日	金	6		7:00～8:00	調整	学校
4日	土		県記録会	RACE		柏の葉運動公園
5日	日		県記録会　修学旅行（3年）	RACE		柏の葉運動公園
6日	月	6	修学旅行（3年）	rest	学校	県記録会出てない人のみ学校
7日	火	6	修学旅行（3年）	7:00～8:00	補強	学校
8日	水	5	代休（3年）	rest	自主練習	運動公園
9日	木	6	代休（3年）	rest		
10日	金	6		7:00～8:00	種目練習	学校
11日	土		我孫子記録会	RACE		柏の葉運動公園
12日	日		我孫子記録会	RACE		柏の葉運動公園
13日	月	6	松戸市体育大会	RACE		運動公園
14日	火	6		7:00～8:00	補強	学校
15日	水		県民の日	9:00～11:00	種目練習	運動公園
16日	木	6		rest		
17日	金	6		7:00～8:00	調整	学校
18日	土		松戸記録会　林間学園（2年）	RACE		運動公園
19日	日		松戸記録会　林間学園（2年）	RACE		運動公園
20日	月	4	千教研　林間学園（2年）	7:00～8:00	自主練習	運動公園
21日	火	6	代休（2年）	7:00～8:00	補強	学校
22日	水	6	代休（2年）諸活動停止（～29日）	rest（県通信参加生徒のみ練習）		運動公園（午後）
23日	木	6				7:00～8:00（県通信に出る人）
24日	金	6				7:00～8:00（県通信に出る人）
25日	土					
26日	日					9:00～11:00運動公園
27日	月	3	期末試験	rest		
28日	火	4	期末試験	rest	練習	学校
29日	水	4	諸活動停止日　採点日	rest	自主練習	運動公園
30日	木	6		rest		

☆**7時00分集合・各自で動的ST→7時10分グラウンド挨拶**（W-upができるよう体をしっかり動かしておく）

★午後練⇒帰りの会終了後、全体集合＆グラウンド挨拶**（行動はテキパキと）**

☆各自で道具の工夫をしましょう。天候や気温によって着るものを変えて着用する。

★部活動を欠席する場合は、必ず連絡を入れること。**（報告・相談・連絡）**

☆練習時間は目安です。前後してしまう事もありますが宜しくお願い致します。

★毎週月・水曜日は運動公園での練習が可能です。帰りが遅くなってしまうので参加できる生徒のみ練習。