

## 部活動月間計画・実績表

様式4

生冠中

学校

陸上競技

部

11月		活動計画				活動実績			
		顧問印		教頭印		顧問印		教頭印	
日	曜	時間帯	活動時間	活動内容	活動場所	活動時間	活動内容	活動場所	
1	水			休養			休養		
2	木	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	
3	金			休養	文化祭		休養		
4	土			休養			休養		
5	日			休養			休養		
6	月			休養	振替休日		休養		
7	火	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	
8	水			休養			休養		
9	木	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	
10	金	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	
11	土	午前	3時間半以内	練習日	ロードレース大会	3時間半以内	練習日	ロードレース大会	
12	日	8:00～10:30	2時間半以内	練習日	学校	2時間半以内	練習日	学校	
13	月			休養			休養		
14	火	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	
15	水	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	
16	木	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	
17	金	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	
18	土			休養			休養		
19	日			休養	テスト前		休養		
20	月			休養	テスト前		休養		
21	火			休養	テスト前		休養		
22	水			休養	テスト前		休養		
23	木			休養	テスト前		休養		
24	金			休養	期末テスト		休養		
25	土			休養			休養		
26	日	終日	3時間半以上	公式大会	新港周回コース	3時間半以上	公式大会	新港周回コース	
27	月			休養	期末テスト		休養		
28	火	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	
29	水			休養			休養		
30	木	16:15～17:30	1時間半以内	練習日	学校	1時間半以内	練習日	学校	