

陸上競技部 2月の活動計画

今月の活動時間について

○平日(2月8日～)

放課後練習 終了時刻 16時00分～17時15分【全学年】

○土日(3時間を上限として、練習試合は4時間予定)

午前(前)8:00～11:00

○台風・天候の状況により変更の可能性もあります。

【2月の目標】

- 基礎練習にしっかりと取り組み、技術の向上を図る。
- あいさつやマナーの向上を目指す。
- 活動場所等の整理整頓を徹底する。

日	曜日	活動時間	内容(メニュー・練習試合等)
1	月	16:00～16:45	体力づくり
2	火	16:00～16:45	体力づくり
3	水	部活休養日	
4	木	16:00～16:45	体力づくり
5	金	16:00～16:45	体力づくり
6	土	OFF	
7	日	OFF	
8	月	16:00～17:15	基礎練習・フォームづくり
9	火	16:00～17:15	基礎練習・フォームづくり
10	水	部活休養日	
11	木	OFF	
12	金	16:00～17:15	基礎練習・フォームづくり
13	土	OFF	
14	日	OFF	
15	月	16:00～17:15	
16	火	16:00～17:15	
17	水	学年末テスト週間	
18	木		
19	金		
20	土		
21	日		
22	月		
23	火		
24	水	学年末テスト	
25	木	学年末テスト	
26	金	16:00～17:15	基礎練習・フォームづくり
27	土	OFF	
28	日	OFF	