令和7年10月　　**活動計画**

学校名	部活動名
長崎県立壱岐高等学校	陸上競技

10　月

日	曜	活動計画 ※ 活動時間とは、全体時間内の準備や片付け、移動・見学などの時間を除いた、実際の活動時間を表しています。					大会名等
		練習時間			時間計	活動種別	
1	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
2	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
3	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
4	土	8:30	～	11:30	3:00	①練習（校内）	
5	日		～				
6	月	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
7	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
8	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
9	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
10	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
11	土	12:00	～	17:00	5:00	⑥大会（その他）	
12	日	9:00	～	12:00	3:00	⑦遠征・合宿等	
13	月		～				【スポーツの日】
14	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
15	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
16	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
17	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
18	土	8:30	～	11:30	3:00	①練習（校内）	
19	日		～				
20	月	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
21	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
22	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
23	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
24	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
25	土	8:30	～	11:30	3:00	①練習（校内）	
26	日	13:00	～	17:00	4:00	⑤大会（高体連）	
27	月	13:00	～	16:00	3:00	⑤大会（高体連）	県高校駅伝開会式
28	火	9:00	～	15:00	6:00	⑤大会（高体連）	県高校駅伝
29	水		～				
30	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
31	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
		活動時間　週平均			15:21		

行事等	