

高島第三中学校 陸上競技部 4 月予定表

令和 6 年 4 月

日	曜	活動	時間	場所	備考
1	月	×			
2	火	○	9:00-12:00		
3	水	×			
4	木	○	9:00-12:00	校庭	
5	金	×			
6	土	○	9:00-12:00	校庭	
7	日	○	板橋春季	新河岸	別紙
8	月	×	始業式		
9	火	○	入学式	校庭	再登校 15:00~17:00
10	水	×			
11	木	○	放課後	校庭	
12	金	○	放課後	校庭	
13	土	○	合同練習	新河岸	9:00~12:00
14	日	×			
15	月	○			
16	火	○			
17	水	×			
18	木	○			
19	金	○			
20	土	○	土曜授業	校庭	再登校 14:00~17:00
21	日	×			
22	月	○			
23	火	○			
24	水	×			
25	木	○			
26	金	○			
27	土	○	合同練習	新河岸	9:00~12:00 ※ライジング：該当者のみ
28	日	○			
29	月	○	江戸川オープン	江戸川	別紙
30	火	○			

※日ごろから練習後にストレッチやアイシングなどケアをして、
練習メニューにしっかり取り組めるようにしましょう。

※学習が第一なので、定期考査前でなくても、
普段から家庭学習を積み上げましょう。

※急な変更の際は、顧問から直接連絡します。