

# 高島第三中学校 陸上競技部 5月予定表

令和6年5月

日	曜	活動	時間	場所	備考
1	水	×			
2	木	○	放課後	校庭	
3	金	○	9:00~12:00	校庭	
4	土		北区	江戸川	別紙
5	日	×			
6	月		ラビッツ	駒沢	別紙
7	火	×			
8	水	×			
9	木	○			
10	金	○			
11	土	○	合同練習	新河岸	8:00~12:00
12	日	×			<b>※8.9年生徒</b> ・18.19日、両日大会参加 <b>※7年生徒</b> ・土曜授業参加、練習休み ・日曜休み
13	月	○			
14	火	○			
15	水	×			
16	木	○			
17	金	○			
18	土		地域別	上柚木	※土曜授業
19	日		地域別	上柚木	
20	月	○			※7年のみ練習
21	火	○			
22	水	×			<b>※5/25</b> 10:00学校集合出発
23	木	○			
24	金	○			
25	土	○	板橋選手権	新河岸	※9:00~陸上部保護者会 (1F9-6教室)
26	日	○	板橋選手権	新河岸	
27	月	×			
28	火	○			修学旅行
29	水	×			修学旅行
30	木	○			修学旅行
31	金	○			

※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。