

2024年 5月 7日 提出

# 陸上 部 年間計画

主顧問名 中島 聡志

## 1. 公式戦・コンクール・発表会等の予定

期 間	大会・コンクール・発表会等名
2024年4月～2025年3月	地区別記録会
4月	春季地区記録会
5月	大阪 IH 地区予選会ならびに選手権大会
7月	大阪総体
8月	1・2地区公立大会
10月	秋季大会
その他	大阪陸上競技協会主催の大会

## 2. 合宿等の予定

期 間	場 所
2025年3月末頃（未定）	未定（大阪府の高等学校との合同合宿）

## 3. 部活動を行わない日（休養日）

	予定日数	週末の休養日（内数）
学校閉庁日（8/11～8/12, 12/29～1/3）	8日	2日
定期考査1週間前～考査期間中	67日	20日
高校入試に伴う登校禁止期間(3/11～3/18)	8日	2日
ノークラブデー（原則 日曜日）	24日	24日
一斉退庁日（毎週 水曜日）	27日	0日
	日	日
合 計	134日	48日

104日以上 24日以上

## 4. 自主練習の計画（形態・内容）

時期 …… 考査1週間前（土日除く）に約1時間半の自主練習を行うことがある。

内容 …… アップ、ドリル、ダッシュ、技術練習など