

不撓不屈

美野里中陸上競技部 練習計画（10月） R7 9/25 現在

県駅伝	日程		予定	練習	備考
37	10月1日	水		15:55～17:45	
36	10月2日	木	県新人陸上①	1・2年終日（笠松・バス）、3年学校練習	
35	10月3日	金	県新人陸上②	1・2年終日（笠松・バス）、3年学校練習	
34	10月4日	土		7:30～10:30	部活動
33	10月5日	日		×	
32	10月6日	月	各部中央新人	×	
31	10月7日	火	AM日課	13:30～15:15	
30	10月8日	水	AM日課	13:30～15:15	
29	10月9日	木	↓	14:55～16:45	
28	10月10日	金	1学期終業式	×	
27	10月11日	土		駅伝試走（笠松・バス）6:00～11:30	駅伝部のみ
26	10月12日	日		×	
25	10月13日	月		7:30～10:30	部活動
24	10月14日	火	2学期始業式	14:55～16:45	駅伝部のみ
23	10月15日	水	中央地区駅伝	駅伝部終日（笠松・バス）、陸上部学校練習	
22	10月16日	木	⑥委員会	×	
21	10月17日	金		<u>15:55～17:30</u>	
20	10月18日	土		×	
19	10月19日	日		PM（石岡）	クラブ
18	10月20日	月	3年実力テスト	×	
17	10月21日	火		15:55～17:30	
16	10月22日	水		15:55～17:30	
15	10月23日	木	美風祭	×	
14	10月24日	金		15:55～17:30	
13	10月25日	土		駅伝試走（笠松・バス）6:00～11:30	駅伝部のみ
12	10月26日	日		8:30～11:30（石岡）	クラブ
11	10月27日	月		×	
10	10月28日	火	各部県新人	15:55～17:30	
9	10月29日	水		15:55～17:30	
8	10月30日	木		14:55～16:30	
7	10月31日	金	↓	15:55～17:30	

《来月の予定》

- ・ 11月 7日（金）県駅伝（笠松・全員バス）
- ・ 11月16日（日）美野里チャレンジカップ（石岡・全員）
- ・ 11月22日（土）長距離記録会兼都道府県駅伝予選会（笠松・現地）
- ・ 11月29日（土）30日（日）関東駅伝（群馬）