不撓不屈

美野里中陸上競技部　練習計画（11月） R8 10/27　現在

日程		予定	練習	備考
11月1日	日		AM（石岡）	クラブ
11月2日	月		×	
11月3日	火	駅伝試走(長のみ・バス)	6：00～11：30	**駅伝部のみ**
11月4日	水		16：05～17：00	
11月5日	木		15：05～17：00	
11月6日	金		16：05～17：00	
11月7日	土		×	
11月8日	日		**駅伝部のみ実施（美野里中）7：15～11：15**	クラブ（石岡）
11月9日	月		×	
11月10日	火	**県駅伝(全員・バス)**	6：00～17：30	
11月11日	水	⑤授業参観	×	
11月12日	木	中間テスト	15：05～17：00	
11月13日	金		×	
11月14日	土	奉仕作業（納場・堅倉）	7：00～11：00（美野里中）	**部活動**
11月15日	日		県強化練習会（笠松）	希望者のみ
11月16日	月		×	
11月17日	火	冬日課スタート	15：55～16：30	
11月18日	水		15：55～16：30	
11月19日	木		14：55～16：30	
11月20日	金		15：55～16：30	
11月21日	土		長距離記録会/都道府県駅伝予選会（笠松）	希望者のみ
11月22日	日		×	
11月23日	月	美野里チャレンジカップ	8：00～15：30（石岡・現地）	**部活動**
11月24日	火	E週スタート、木日課⑥委員会	×	
11月25日	水		15：55～16：30	
11月26日	木	訪問	×	
11月27日	金		15：55～16：30	
11月28日	土	関東駅伝（埼玉県）開会式	×	
11月29日	日	関東駅伝（埼玉県）レース	AM（石岡）	クラブ
11月30日	月		×	

《来月の予定》
・１２月　６日（日）三浜駅伝（那珂湊～大洗、長距離ブロック・駅伝部のみ）
・１２月１２日（土）県強化練習会（未定、希望者のみ）、県民駅伝（笠松、選抜選手のみ）
・１２月１３日（日）全国駅伝（滋賀県）、長距離記録会（笠松、希望者のみ）
・１２月２０日（日）県強化練習会（笠松、希望者のみ）