

## 2025年度 登美丘中学校陸上部 練習予定表

月	日	曜	行事等	時間・大会	備考
9	27	土		泉北記録会	
	28	日			休み
	29	月		放課後	
	30	火		放課後	
10	1	水		放課後	
	2	木	テスト1週間前		
	3	金	職員会議		休み
	4	土			
	5	日			
	6	月		放課後	大阪中学総体に出場する選手は 放課後1時間程度練習
	7	火		放課後再登校	
	8	水		OFF	
	9	木	中間テスト	テスト後すぐ	
	10	金	中間テスト	昼食後	
	11	土		大阪中学総体	出場者以外休み
	12	日			
	13	月	堺市民オリンピック		休み
	14	火		放課後	
	15	水		放課後	
	16	木		放課後	
	17	金		放課後	
	18	土		大阪中学駅伝泉北地区予選, 8:00~	長距離選手は駅伝 それ以外の選手は練習
	19	日			出場者以外休み
	20	月	校内研修		休み
	21	火	予行準備	放課後	
	22	水	体育大会予行	放課後	
	23	木	体育大会準備	放課後	
	24	金	体育大会	放課後	
	25	土		8:00~	
	26	日			休み
	27	月		放課後	
	28	火	体育大会予備日	放課後	
	29	水			休み
	30	木		放課後	
	31	金		放課後	

※あくまで予定なので変更する場合があります。

学校が休みの日に欠席する場合は顧問に連絡すること。

冬期練習に向けて、体づくりを今から心がけよう