

港区立白金の丘中学校 陸上部 令和6年度年間活動計画

年間目標	深い人間関係の中で、忘れられない思い出を作り、健全な成長の一助とする。			
部員数 (令和6年4月現在)	10名(男子6名、女子4名)			
活動日	月・火・木・金・土(日曜日に大会等がある場合は活動する)			
活動時間	平日	16:00~18:00	休日	9:00~12:00
休養日	水・日(日曜に活動した場合は、平日に別途休養日を設ける)			
主な活動予定	4月	大会に向けた実践的な練習		
	5月	大会に向けた実践的な練習		
	6月	大会に向けた実践的な練習		
	7月	大会に向けた実践的な練習		
	8月	大会に向けた実践的な練習		
	9月	基礎的な技能・体力の向上に向けた練習		
	10月	基礎的な技能・体力の向上に向けた練習		
	11月	基礎的な技能・体力の向上に向けた練習		
	12月	基礎的な技能・体力の向上に向けた練習		
	1月	基礎的な技能・体力の向上に向けた練習		
	2月	大会に向けた実践的な練習		
	3月	大会に向けた実践的な練習		
参加予定大会	4月	東京都春季大会		
	5月・6月	東京都中学校地域別陸上競技大会		
	7月	東京都中学校総合体育大会陸上競技大会 兼 東京都中学校陸上競技選手権大会		
		全日本中学生通信陸上競技東京都大会		
	10月	東京都中学校支部対抗陸上競技選手権大会		
	1月	東京都中学校ロードレース大会		