港区立小中一貫教育校白金の丘学園白金の丘中学校　陸上競技部　令和８年度年間活動計画

年間目標	心・技・体を鍛え、仲間とともに自己ベストに挑戦し続ける陸上競技部を目指す。			
部員数 （令和７年５月現在）	１３名（男子８名　女子５名）			
活動日	火・木・金・土（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	大会等の日程による
休養日	水・日（日に活動した場合は、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			