令和7年度

活動計画

学校名	運動部名	顧問名	
長崎県立長崎西高等学校	陸上(短距離他)	中尾 賢治	

■ 10 月

B		活動予定							
	曜	所要時間 活動時間				活動種別		大会名等	備考(会場等)
1	水							レス(自主練習可)	45分
2	木	16:00	\sim	18:00	1.5	②通常練習	(校外)		40分、芸術の日
3	金	16:00	\sim	18:00	1.5	②通常練習	(校外)		45分
4	土	8:30	~	11:00	2.5	②通常練習	(校外)		
5	В		~					レス	
6	月	16:40	~	18:40	1.5	②通常練習	(校外)		
7	火	16:40	~	18:40	1.5	②通常練習	(校外)		生徒会役員選挙
8	水							レス(自主練習可)	
9	木	16:40	~	18:40	1.5	②通常練習	(校外)	九州大会の人はここから出発	部長会
10	金	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)		
11	土	8:30	~	11:00	2.5	②通常練習	(校外)		
12			~					レス	
13	月	8:30	~	11:00	2.5	②通常練習	(校外)	九州大会の人が帰る日	
14	火	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)		進路別集会2年
15	水							レス(自主練習可)	
16	木	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)		
17	金	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)		
18	土							自主練	駿台オプション模試大事
19	В		\sim					レス	
20	月	16:00	\sim	18:00	1.5	②通常練習	(校外)	生徒会役員任命式	4 5分
21	火	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)	駅伝エントリーメンバー壮行式	壮行式は上ポロ下赤パン
22	水							レス(自主練習可)	
23	木	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)		
24	金	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)		
25	土	8:30	\sim	11:00	2.5	②通常練習	(校外)		
26	B		\sim					レス	
27	月	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)	駅伝出発、泊	雲仙小浜温泉泊の予定
28	火	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)	駅伝本番	
29	水							レス(自主練習可)	
30	木	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)	午後講演会	
31	金	16:40	\sim	18:40	1.5	②通常練習	(校外)	1限講演会	
	ウエイトの時は校内								
行									
事									
等									