

2020 年度

部活動年間活動計画

陸上競技部

青梅市立第三 第三 中学校

活動目標	全国大会出場を目標に日々練習に励んでいます。 ①活動を通して強い体力と精神力を育てる。 ②練習や試合を通じて感謝する心を育てる。 ③3年間常に目標をもち、向上心を育てる。 ④社会人に必要なスキルを育てる。							
顧問・外部指導員	顧問	岡部 堅			外部 指導員	遠藤 良宏		
部員数 (8月3日現在)	一年生	5名	二年生	10名	三年生	2名	合計	17名
活動日	平日	毎週(月・火・水・金)			休日	毎週(土) ※大会の場合は(日)も活動		
活動時間	平日	2時間程度			休日	3時間程度		
休養日	毎週(木)、(日)							
年間活動予定	4月	大会なし						
	5月	大会なし						
	6月	大会なし						
	7月	大会なし						
	8月	第66回全日本中学生通信陸上競技東京都大会 第64回はちおうじT&Fトライアル						
	9月	第32回東京ジュニア陸上競技大会、第8ブロック学校対抗 陸上競技大会						
	10月	東京女子体育大学陸上競技会、新座市秋季陸上競技会						
	11月	第8ブロック駅伝競走大会 第73回(男子)・第35回(女子)東京都中学校駅伝競走大会						
	12月	新座市陸上競技冬季記録会						
	1月	第60回東京都中学校ロードレース大会						
	2月	大会なし						
3月	東京女子体育大学陸上競技会							
その他								