

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立佐世保南高等学校	陸上競技

1 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定					大会名等
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木		～				元日
2	金		～				
3	土		～				
4	日		～				
5	月	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）	
6	火	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）	
7	水		～				
8	木	15:45	～	18:15	2:30	①練習（校内）	3学期始業式
9	金	16:00	～	18:30	2:30	①練習（校内）	
10	土	8:00	～	13:00	5:00	⑥大会（その他）	
11	日	7:00	～	13:30	6:30	⑥大会（その他）	
12	月		～				成人の日
13	火	16:00	～	18:30	2:30	①練習（校内）	
14	水	16:00	～	18:30	2:30	①練習（校内）	
15	木	16:00	～	18:30	2:30	①練習（校内）	
16	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
17	土	14:00	～	16:00	2:00	①練習（校内）	
18	日		～				
19	月	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
20	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
21	水	16:00	～	18:30	2:30	①練習（校内）	
22	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
23	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
24	土	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）	県高校新人駅伝
25	日		～				
26	月		～				
27	火	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）	
28	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	
29	木		～				
30	金		～				
31	土		～				
行事等							