令和8年度7月　　活動計画

学校名	運動部名
長崎県立佐世保南高等学校	陸上部

7　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	水	16:00	～	18:20	2:20	①練習（校内）	
2	木	16:00	～	18:20	2:20	①練習（校内）	
3	金	16:20	～	18:20	2:00	①練習（校内）	
4	土	7:00	～	17:30	10:30	①練習（校内）	長崎県高校陸上競技選手権大会
5	日	7:00	～	17:30	10:30	①練習（校内）	長崎県高校陸上競技選手権大会
6	月		～				
7	火	16:20	～	18:20	2:00	①練習（校内）	
8	水	16:00	～	18:20	2:20	①練習（校内）	
9	木	16:20	～	18:20	2:00	①練習（校内）	
10	金	16:20	～	18:20	2:00	①練習（校内）	
11	土	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）	
12	日		～				国スポ県予選
13	月	16:00	～	18:20	2:20	①練習（校内）	
14	火	16:20	～	18:20	2:00	①練習（校内）	
15	水	16:20	～	18:20	2:00	①練習（校内）	
16	木	16:20	～	18:20	2:00	①練習（校内）	
17	金	13:30	～	15:30	2:00	①練習（校内）	一学期終業式
18	土	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）	
19	日		～				
20	月	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）	
21	火	14:00	～	16:00	2:00	①練習（校内）	
22	水	13:30	～	15:30	2:00	①練習（校内）	
23	木	13:30	～	15:30	2:00	①練習（校内）	
24	金	16:20	～	18:20	2:00	①練習（校内）	
25	土	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）	
26	日		～				
27	月	13:30	～	15:30	2:00	①練習（校内）	
28	火	13:30	～	15:30	2:00	①練習（校内）	
29	水	13:30	～	15:30	2:00	①練習（校内）	インターハイ（滋賀）
30	木	13:30	～	15:30	2:00	①練習（校内）	インターハイ（滋賀）
31	金	14:00	～	16:00	2:00	①練習（校内）	インターハイ（滋賀）
行事等							