

龍ヶ崎市立城ノ内中学校 陸上競技部 年間計画

4月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
休	休	休	休	休	休	1	休	休	休	2	3	休	休	2	2	休	2	休	休	休	2	2	休	3	3	休	休	3	2

5月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
休	2	大会	休	休	3	2	休	2	3	休	休	2	2	休	2	3	休	休	2	2	休	2	3	休	休	2	大会	大会	2	

6月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
休	休	休	休	休	2	3	休	休	2	休	休	2	大会	休	休	2	2	2	2	3	休	休	2	2	休	2	3	休	休

7月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
2	2	休	2	3	休	休	2	大会	休	2	3	休	休	2	2	休	2	休	休	休	2	2	休	2	休	休	2	2	2	2

8月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
2	休	休	2	2	2	大会	大会	休	休	休	休	休	休	休	休	大会	大会	大会	休	2	2	休	休	休	休	休	休	休	休	休

9月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
休	休	休	休	休	3	休	休	新人	新人	休	1	3	休	3	1	1	休	1	3	休	休	3	1	休	1	3	休	休	1

10月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
1	新人	新人	休	休	休	1	1	休	1	3	休	休	1	1	休	1	3	休	休	1	1	休	1	3	休	休	1	1	休	1

11月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
3	休	3	1	1	休	1	3	休	休	1	1	休	1	3	休	休	1	1	休	1	3	休	3	1	1	休	休	3	休

12月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
休	休	休	休	1	3	休	休	1	1	休	1	3	休	休	1	1	休	1	3	休	休	1	1	休	休	4	3	休	休	休

1月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
休	休	休	休	休	3	休	休	1	3	休	3	1	1	休	休	3	休	休	1	1	休	1	3	休	休	1	1	休	1	3

2月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
休	休	1	1	休	1	休	休	休	休	3	1	休	3	休	休	1	1	休	1	3	休	休	1	1	休	1	3

3月

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
休	休	1	1	休	1	3	休	休	休	1	休	1	大会	休	休	1	1	休	3	3	休	休	休	3	3	3	休	休	休	休