

船橋法典高等学校陸上競技部(短距離)練習計画 1月

日付	曜日	学 校 行 事	大 会	練 習 計 画	
				午前(朝)	午後(放課後)
1	土	元旦		FREE	
2	日			FREE	
3	月			練習(江戸川土手13:00～)	P
4	火			練習(学校9:00～)	A
5	水			練習(学校9:00～)	AP
6	木			練習(鎌ヶ谷9:00～13:00)	A
7	金	始業式		FREE	練習
8	土			FREE	
9	日			練習(学校9:00～)	A
10	月	成人の日		練習(学校9:00～)	A
11	火	45分6限 廊下ワックスがけ		FREE	練習
12	水	45分6限 廊下ワックスがけ		FREE	練習
13	木	45分6限 廊下ワックスがけ		FREE	練習
14	金	45分6限 廊下ワックスがけ		FREE	練習
15	土			FREE	
16	日			練習(昭和の森9:00～)	AP
17	月			FREE	練習
18	火			FREE	練習
19	水		セリア栄養講習会	FREE	講習会
20	木	職員会議		FREE	練習
21	金			FREE	練習
22	土			FREE	
23	日			練習(江戸川土手8:00～)	A
24	月			FREE	練習
25	火	3年学年末考査		FREE	練習
26	水	3年学年末考査		FREE	練習
27	木	3年学年末考査		FREE	練習
28	金	3年学年末考査		FREE	練習
29	土			FREE	
30	日			練習(館山)	AP
31	月	3年自宅学習		FREE	練習

※予定は変更する場合があります。また投てきはコーチの関係で予定が追加されますので、よろしくお願いします。