不撓不屈

美野里中陸上競技部　練習計画（１月）　R7 １２/２４　　現在

日程		予定	練習	備考
1月1日	木		×	
1月2日	金		×	
1月3日	土		×	
1月4日	日		7：30～10：30（美野里中）	**部活動**
1月5日	月		×	
1月6日	火		7：30～10：30（美野里中）	**部活動**
1月7日	水	冬休み明け集会	15：55～16：30	
1月8日	木		15：05～16：30	
1月9日	金		15：55～16：30	
1月10日	土		7：30～10：30（美野里中）	**部活動**
1月11日	日		AM（石岡）	クラブ
1月12日	月	成人の日		
1月13日	火		15：55～16：30	
1月14日	水		15：55～16：30	
1月15日	木		15：05～16：30	
1月16日	金		15：55～16：30	
1月17日	土		×	
1月18日	日	笠間駅伝	6：00～14：00（笠間芸術の森公園・バス） AM（未定）	**駅伝部のみ** クラブ
1月19日	月		×	
1月20日	火		16：05～16：45	
1月21日	水		16：05～16：45	
1月22日	木		15：05～16：45	
1月23日	金		16：05～16：45	
1月24日	土	県強化練習④笠松orひたちなか	×	選抜+希望者
1月25日	日		AM（未定）	クラブ 部活動合同
1月26日	月		×	
1月27日	火		16：05～16：45	
1月28日	水		16：05～16：45	
1月29日	木	⑥委員会	×	
1月30日	金		16：05～16：45	
1月31日	土		×	

《来月の予定》
・２月　１日（日）小美玉市民駅伝（全員参加）
・２月１１日（祝・水）千波湖ロードレース（千波湖・現地）※希望者のみ
・２月２１日（土）県強化練習⑤（希望者も参加可能）笠松　or　ひたちなか
・２月２８日（土）県強化練習⑥選考会（希望者は参加未定）古賀