

長北中陸上部 10月予定

2023/9/30

日	曜	行事	練習	下校時刻
10月1	日		×	17:00
2	月		×	
3	火	委員会	○15:40～17:00(自主メニューを行う)	
4	水	LT1	○16:00～17:00	
5	木		×	
6	金	LT2	○16:00～17:00	
7	土		○集合8:00 練習8:30～11:30	
8	日		練習×名古屋地区秋季大会1日目 場所:パロマ瑞穂北	
9	月		×	
10	火	予行準備	朝練 7:10～8:00 午後練×	
11	水	体育予行	×	
12	木	LT3	朝練 7:10～8:00(予行の場合はなし) 午後練×	
13	金	LT4	○16:00～17:00	
14	土		練習×名古屋地区秋季大会2日目 場所:パロマ瑞穂北	16:45
15	日		×	
16	月	朝会	×	
17	火		朝練 7:10～8:00 午後練×	
18	水	<small>4限授業 くすの木祭準備</small>	朝練 7:10～8:00 午後練×	
19	木		くすの木祭 体育の部 練習×	
20	金		くすの木祭 文化の部 練習×	
21	土		練習× 愛日駅伝 スポーレ春日井 U16日本選手権 走幅跳 愛媛ニンジニアスタジアム	
22	日		練習× U16日本選手権 ジャベリックスロー 愛媛ニンジニアスタジアム	
23	月	体育の部予備	×	16:30
24	火		○15:40～16:30	
25	水		○15:40～16:30	
26	木		朝練 7:10～8:00(県新人出場者のみ) 午後練×	
27	金		○15:40～16:30	
28	土		練習× 第5回愛知県中学生新人大会 場所:パロマ瑞穂北	
29	日		×	
30	月		×	
31	火		○15:40～16:30	

※雨天でも練習はあります。

無断欠席厳禁(連絡:江口 紫 携帯)

原則、欠席連絡は事前に本人が江口へ申し出る+出欠表に自分で記入。

緊急の欠席のみ電話連絡。個人的なメールでの連絡はご遠慮ください。

今季のトラックレースは、10月で終了です。11月からは、トレーニング期に入ります。大会での上位入賞、自己記録の更新を目指してがんばれ！！