

広島県立安芸高等学校陸上競技部
平成16年度夏季活動計画表

私は変わる！ 今、ここで！！

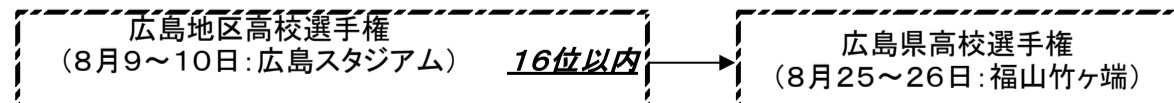
『暑い夏こそ、自分の心を平常に保ち、生活をコントロールする力を養うチャンスです。
一カ月後の成長した自分をイメージし、その日、その時に全力を出そう。』

7月				8月				9月		10月		
日	曜	行事等	活動時間	場所	日	曜	行事等	活動時間	場所	日	曜	行事等
1	木	↑ 期末考査			1	日	↑ インターハイ	Rest		1	水	始業式
2	金				2	月		8:00~11:00	安芸高	2	木	
3	土	サタデー			3	火	学校説明会	13:30~16:30	安芸校	3	金	
4	日				4	水		8:00~11:00	安芸高	4	土	↑ 地区新人
5	月				5	木	↑ インターハイ観戦	終日	島根浜山	5	日	↓ (スタジアム)
6	火	↓ テント撤収	13:30~15:00	安芸高	6	金		8:00~11:00	安芸高	6	月	
7	水	↓ 生徒朝会 ↓ テント搬入	16:30~18:30	安芸高	7	土		8:00~11:00	安芸高	7	火	
8	木		16:00~18:30	安芸高	8	日	サタデー	9:00~12:00	スタジアム	8	水	
9	金	福木中体験授業	自主トレーニング		9	月	↑ 地区高校選手権	試合(終日)	スタジアム	9	木	
10	土	↑ 通信陸上	8:00~11:00	安芸高	10	火	↓ (スタジアム)	試合(終日)	スタジアム	10	金	
11	日	↓	Rest		11	水	↑ 投擲合宿	合宿(午後)	投擲西農	11	土	サタデー
12	月		16:00~18:30	安芸高	12	木	(西農)	合宿(終日)	投擲西農	12	日	
13	火		16:00~18:30	安芸高	13	金		合宿(午前)	投擲西農	13	月	
14	水		16:00~18:30	安芸高	14	土		Rest		14	火	
15	木	↑ クラスマッチ	Rest		15	日		Rest		15	水	
16	金	↓ 地区委員会 ↓ 選手権プロ編成	16:00~18:30	安芸高	16	月		8:00~11:00	安芸高	16	木	
17	土	↑ 広島市選手権	8:00~11:00	安芸高	17	火		8:00~11:00	安芸高	17	金	
18	日	↓ 県投擲合宿	Rest		18	水	↑ 広島市陸協合宿	8:00~11:00	安芸高	18	土	
19	月	↓	自主トレーニング		19	木	(島根)	Rest		19	日	
20	火	終業式	16:00~18:30	安芸高	20	金		8:00~11:00	安芸高	20	月	呉広島対抗
21	水		9:00~12:00	高陽高	21	土		自主トレーニング		21	火	
22	木		8:00~11:00	安芸高	22	日		8:00~11:00	安芸高	22	水	
23	金		9:00~12:00	高陽高	23	月	地区委員会 新人プロ編成	8:00~11:00	安芸高	23	木	
24	土	↑ 県中学選手権	8:00~11:00	安芸高	24	火		8:00~11:00	安芸高	24	金	
25	日	↓	Rest		25	水	↑ 県高校選手権	試合(終日)	福山竹ヶ端	25	土	↑ 県新人
26	月		9:00~12:00	高陽高	26	木	↓ (福山)	試合(終日)	福山竹ヶ端	26	日	↓ (東広島)
27	火		8:00~11:00	安芸高	27	金		8:00~11:00	安芸高	27	月	
28	水		9:00~12:00	高陽高	28	土		8:00~11:00	安芸高	28	火	
29	木		Rest		29	日	(国体予選)	Rest		29	水	
30	金		8:00~11:00	安芸高	30	月	Jr. O中学生記録会	8:00~11:00	安芸高	30	木	
31	土		8:00~11:00	安芸高	31	火		Rest			日	

※夏季休業中の活動は猛暑を考慮し、朝8時からのトレーニングとします。
※あくまでも予定です。変更がある場合はできるだけ早めに連絡します。

大会について

◎高校選手権



◎高校新人

