

広島県立安芸高等学校陸上競技部
平成19年度夏季活動計画表

私は変わる！ 今、ここで！！

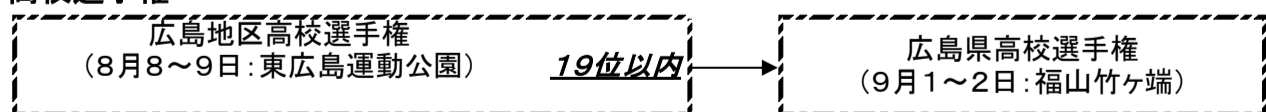
『暑い夏こそ、自分の心を平常に保ち、生活をコントロールする力を養うチャンスです。
一カ月後の成長した自分をイメージし、今、ここでやれることをする。』

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	日	曜	行事等
1	日		自主トレーニング		1	水	インターハイ	8:00~11:00	安芸高	1	土	県高校選手権 オープンスクール	1	月	代休日予備①
2	月		自主トレーニング		2	木	砲丸投[予選・決勝]	8:00~11:00	安芸高	2	日	(福山竹ヶ端)	2	火	代休日
3	火	期末考査	自主トレーニング		3	金	ハンマー投[予選]	8:00~11:00	安芸高	3	月		3	水	
4	水	福木中体験授業	自主トレーニング		4	土	ハンマー投[決勝] サタデー	9:00~12:00	スタジアム	4	火		4	木	
5	木		自主トレーニング		5	日		Rest		5	水		5	金	秋田国体
6	金	温品中体験授業	自主トレーニング		6	月		8:00~11:00	安芸高	6	木		6	土	サタデー
7	土	通信陸上	8:00~11:00	安芸高	7	火		8:00~11:00	安芸高	7	金		7	日	
8	日		Rest		8	水	地区高校選手権	試合(終日)	スタジアム	8	土	地区新人	8	月	体育の日
9	月		16:00~18:30	安芸高	9	木	(スタジアム)	試合(終日)	スタジアム	9	日	(スタジアム)	9	火	
10	火		16:00~18:30	安芸高	10	金	投擲合宿 西農合宿	合宿(午後)	西農	10	月		10	水	
11	水		16:00~18:30	安芸高	11	土	(西農)	合宿(終日)	西農	11	火		11	木	
12	木		16:00~18:30	安芸高	12	日		合宿(午前)	西農	12	水		12	金	
13	金	地区選手権プロ編成	16:00~18:30	安芸高	13	月		Rest		13	木		13	土	中国高校新人
14	土	県投擲記録会	終日	西農	14	火		Rest		14	金		14	日	(下関)
15	日	投擲強化練習	9:00~17:00 短距離 R	西農	15	水		Rest		15	土		15	月	
16	月	サタデー	9:00~12:00 投擲 R	スタジアム	16	木		8:00~11:00	安芸高	16	日		16	火	1・3年試験発表
17	火		16:00~18:30	安芸高	17	金		8:00~11:00	安芸高	17	月		17	水	2年中間試験
18	水		16:00~18:30	安芸高	18	土	中国選手権	8:00~11:00	安芸高	18	火		18	木	
19	木		16:00~18:30	安芸高	19	日	西田・森田参加	Rest		19	水		19	金	
20	金	クラスマッチ 終業式	16:00~18:30	安芸高	20	月		8:00~11:00	安芸高	20	木		20	土	全日本ユース(大分)
21	土	九州共立合宿	8:00~11:00	安芸高	21	火		8:00~11:00	安芸高	21	金		21	日	
22	日	渡辺・西田参加	Rest		22	水		8:00~11:00	安芸高	22	土	県新人	22	月	2年結団式
23	月		8:00~11:00	安芸高	23	木		8:00~11:00	安芸高	23	日	(東広島運動公園)	23	火	
24	火		8:00~11:00	安芸高	24	金	地区委員会 新人プロ編成	8:00~11:00	安芸高	24	月		24	水	1・3年中間試験
25	水		8:00~11:00	安芸高	25	土	世界陸上合宿	8:00~11:00	安芸高	25	火		25	木	2年修学旅行
26	木		8:00~11:00	安芸高	26	日	西田参加	Rest		26	水		26	金	
27	金		8:00~11:00	安芸高	27	月	始業式	14:00~17:00		27	木	体育大会予行	27	土	県高校記録会(東広島)
28	土		8:00~11:00	安芸高	28	火	課題テスト	14:00~17:00	安芸高	28	金	体育大会準備	28	日	
29	日		Rest		29	水	午前授業	14:00~17:00	安芸高	29	土	体育大会	29	月	
30	月		8:00~11:00	安芸高	30	木	通常授業	16:00~18:30	安芸高	30	日	体育大会予備日①	30	火	
31	火	佐賀出発	8:00~11:00	安芸高	31	金	通常授業	16:00~18:30	安芸高				31	水	

※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

