

令和4年度 部活動年間計画

部名	陸上競技部（男女）									
活動場所	グラウンド他									
			総数		活動日		休養日			
月	活動内容	備考（公式戦等）			1年	2年	3年	1年	2年	3年
4	試合準備期		30	4月	13	24	24	17	6	6
5	体調回復期	中予総体	31	5月	18	21	21	13	10	10
6	体調回復期・競技会準備期	県高校総体 四国高校総体	30	6月	18	18	6	12	12	24
7	夏期試合期・夏季鍛錬期の練習	全国高校総体	31	7月	25	25	0	6	6	31
8	秋期試合期の練習		31	8月	21	21	0	10	10	31
9	秋期試合期の練習練習	県新人大会	30	9月	16	16	30	14	14	30
10	秋期試合期の練習	四国新人大会	31	10月	21	21	0	10	10	31
11	冬期準備期の練習		30	11月	18	18	0	12	12	30
12	冬期鍛錬期Ⅰの練習		31	12月	21	21	31	10	10	31
1	冬期鍛錬期Ⅱの練習		31	1月	24	24	0	7	7	31
2	専門鍛錬期の練習		28	2月	13	13	0	15	15	28
3	専門準備期の練習		31	3月	27	27		4	4	