

福生市立福生第一中学校 陸上競技部 年間の活動計画

拠点校				
年間目標	陸上競技を通して、人間力の向上			
活動日	平日	月、火、木、金	休日	土（月に1～2回程度）
休養日の設定	水、日			
活動場所	福生一中校庭等			
活動時間	平日	16：00 ～ 18：00	休日	8：00 ～ 11：00
主な活動予定	4月	練習		
	5月	練習 試合		
	6月	練習 試合 地域別		
	7月	練習 試合 都総体 都通信		
	8月	練習 試合		
	9月	練習 試合 ブロック対抗		
	10月	練習 支部対抗（U16）		
	11月	練習 8ブロック駅伝 都駅伝		
	12月	練習 関東駅伝（全中駅伝）		
	1月	練習 試合 ロードレース（都道府県駅伝）		
	2月	練習		
	3月	練習 試合		
	参加予定大会等	地域別大会 西多摩郡 都通信 都総体 青梅選手権（関東大会）（全国大会） 8ブロック対抗 支部対抗（JO）8ブロック駅伝 都駅伝（関東駅伝） ロードレース		
主な実績	関東中学生陸上競技大会入賞 全国中学生陸上競技大会出場			