

# 令和8年 7月 青梅市立第二中学校陸上競技部 練習予定表

都大会開催！行くぞ全国山口、山梨関東！

| 日付 | 曜日 | 場所等 | 時間     | 日付 | 曜日 | 場所等              | 時間                |
|----|----|-----|--------|----|----|------------------|-------------------|
| 1  | 水  |     |        | 17 | 金  | 終業式<br>二中        | 再登校<br>15:00～     |
| 2  | 木  | 二中  | 14:00～ | 18 | 土  |                  |                   |
| 3  | 金  | 二中  | 16:00～ | 19 | 日  |                  |                   |
| 4  | 土  |     |        | 20 | 月  | 西多摩郡選手権<br>@秋留台G | 別紙                |
| 5  | 日  |     |        | 21 | 火  | 二中               | 7:30～10:30        |
| 6  | 月  | 二中  | 16:00～ | 22 | 水  |                  |                   |
| 7  | 火  | 二中  | 16:00～ | 23 | 木  | 二中               | 7:30～10:30        |
| 8  | 水  |     |        | 24 | 金  | 都総体<br>@上柚木G     | 別紙                |
| 9  | 木  | 二中  | 16:00～ | 25 | 土  | 都総体<br>@上柚木G     | 別紙                |
| 10 | 金  | 二中  | 16:00～ | 26 | 日  | 都総体<br>@上柚木G     | 別紙                |
| 11 | 土  |     |        | 27 | 月  | 二中               | 7:30～ <u>9:30</u> |
| 12 | 日  |     |        | 28 | 火  | 二中               | 7:30～10:30        |
| 13 | 月  | 二中  | 16:00～ | 29 | 水  |                  |                   |
| 14 | 火  | 二中  | 16:00～ | 30 | 木  | 青梅市合同練習<br>@秋留台G | 9:00～12:00        |
| 15 | 水  |     |        | 31 | 金  | 二中               | 7:30～10:30        |
| 16 | 木  | 二中  | 15:00～ |    |    |                  |                   |

【大会等】

7/20(月)西多摩郡陸上競技選手権@秋留台→全学年出場(3年生仮引退試合)

7/24(金)～26(日)都総合体育大会@上柚木G→2名(3種目)出場

夏休み期間の練習は、二中か競技場で行います。練習終了後、30分程度冷房の効いた部屋や木陰でクールダウンをしたのちに下校をさせます。(例)練習時間 7:30～10:30→11:00に下校

活動場所の変更や練習の中止等がある場合は、生徒へ口頭で伝えるとともにクラスルームにも投稿します。