

令和6年度 部活動計画書

部活動名	陸上部
今年度の活動目標	周りから応援される部活・自己新記録の更新・体力や技術力の向上
活動日	月・火・木・金/土（合同練習時メイン）・日（大会時）
活動時間	【月・火・木・金】放課後～18：00【土】8：30～11：30（合同練習時）【日】大会時のみ
主な活動場所	校庭（平日）土曜（校庭・秋留台公園等）大会時（上柚木公園陸上競技場他）
活動内容	基礎練習・種目別練習・体力向上練習等
休日の活動	土曜日/日曜日は主に大会時
自己負担する費用	3～4万円程度（ユニフォーム・ジャージ・シューズ・スパイク等）
その他	部費3,000円 大会エントリー費用：800～1,600円程度 交通費：600円程度
保護者をお願いしたいこと	交通費やお弁当（大会時）等が必要な場合があります。ご協力をお願いします。記録会や大会時等、可能な範囲で応援をお願いいたします。
大会等の年間予定	
1学期	・春季大会・記録会・西東京大会・地域別大会・総合体育大会
夏休み	・通信陸上大会・記録会
2学期	・支部対抗選手権・記録会・駅伝大会・昭島市民大会
冬休み	
3学期	・新春駅伝大会・ロードレース大会・記録会
春休み	・記録会