

令和8年度 陸上競技部 年間活動計画

部員数	男子 5名 女子 5名
顧問	藤本、荒谷、奈良岡

方針・目標	方針：自己の体力や競技力の向上を図るとともに、活動をとおして社会性や協調性を身につける。 目標：自己ベストの更新や全国大会に出場する。	
活動日	月、火、水、木、金、土（大会前以外は休養日）	
休養日	日、祝日	
活動時間	午前部、午後部 12：10～13：20	
活動場所	北斗高校グラウンド	
今年度の参加予定大会	5月	青森県定時制通信制総合体育大会
	7月	東青地区陸上競技選手権大会
	8月	全国高等学校定時制通信制陸上大会

年間活動予定

4月	5月	6月	7月
活動内容	活動内容	活動内容	活動内容
トレーニング	定通総体 トレーニング	トレーニング	東青地区大会 トレーニング
8月	9月	10月	11月
活動内容	活動内容	活動内容	活動内容
定通全国大会 トレーニング	トレーニング	トレーニング	トレーニング
12月	1月	2月	3月
活動内容	活動内容	活動内容	活動内容
トレーニング	トレーニング	トレーニング	トレーニング
特記事項			