

# 波野中学校陸上部 練習計画 冬休み

日	曜	学校行事	練習・試合等
24	水	第2学期終業式	休み
25	木		9:00～12:00
26	金	仕事納め	9:00～12:00
27	土		休み
28	日		
29	月		
30	火		
31	水	大晦日	
1	木	元旦	
2	金		
3	土		
4	日		
5	月	仕事始め	9:00～12:00(鏡開き)
6	火		9:00～12:00
7	水		9:00～12:00
8	木	第3学期始業式	休み
9	金		～17:20
10	土		9:00～12:00

○休みの日が多いので、休みのうちに冬休みの課題を進め、自主練習を行うこと。  
 合わせて家の手伝いも積極的に行うこと。