

江戸川区立松江第二中学校 陸上部 活動方針、年間の活動計画

顧問： 長谷川 孝浩 ・ 前武當 光

校長： 鈴木 啓之

活動方針	楽しく安全に陸上競技に親しむ。			
部員数 (令和8年4月23日現在)	24名(1年生10名、2年生9名、3年生5名)			
活動日	月・火・木・土			
活動時間 (平日)	集合16:00～解散18:00			
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合8:00～解散12:00	午後 実施	原則なし
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習・専門種目の練習		江戸川区オープン大会
	5月	基礎練習・専門種目の練習		地域別大会
	6月	基礎練習・専門種目の練習		春季区民大会・地域別大会
	7月	基礎練習・専門種目の練習		(都大会)
	8月	基礎練習・専門種目の練習		ジュニア大会・(都大会)
	9月	基礎練習・専門種目の練習		秋季区民大会
	10月	基礎練習・専門種目の練習		江戸川マラソン
	11月	基礎練習・専門種目の練習		
	12月	基礎練習・専門種目の練習		
	1月	基礎練習・専門種目の練習		駅伝大会
	2月	基礎練習・専門種目の練習		
	3月	基礎練習・専門種目の練習		
安全指導・ 配慮等について	<ul style="list-style-type: none"> ・準備運動、体づくり運動を取り入れ、ウォーミングアップを行う。 ・練習の合間に十分な休息をとらせる。 			