

2025 年度

陸上競技部活動 年間活動計画

福島県立郡山東高等学校

実施状況 1:週休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2:休養日(振替休業日での休養日) 3:平日活動日 4:平日休養日

年間 週休日・祝日合計 117 日	「1」の計 94 日	「2」の計 23 日	平日の計 248 日	「3」の計 137 日	「4」の計 111 日	「2・4」の計 134 日
-------------------	------------	------------	------------	-------------	-------------	---------------

4月		週休日・祝日合計							10日					「1」の計					7日					「2」の計					3日					平日合計					20日					「3」の計					13日					「4」の計					7日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30																																	
曜	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水																																	
実	4	4	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	1	4	4	3	3	4	1	1	4	3	3	3	3	1	1	1	2	3																																	
施																																																															
備考	休養日	休養日			休養日		休養日					休養日			休養日			休養日			休養日					記録会	記録会	振替	休養日																																		

5月		週休日・祝日合計 11 日										「1」の計 10 日					「2」の計 1 日					平日合計 20 日					「3」の計 14 日					「4」の計 6 日								
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31									
曜	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土									
日実施	3	3	1	1	2	1	4	3	3	1	1	3	4	3	3	4	1	1	4	3	3	3	3	1	1	3	4	3	3	4	1									
備考					休養日		休養日			地区大会	地区大会	地区大会		休養日		休養日			休養日				県大会	県大会	県大会	県大会	休養日			休養日										

6月		週休日・祝日合計															9日		「1」の計					8日					「2」の計					1日		平日合計		21日					3の計					9日					4の計					12日	
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30																													
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月																													
実施	1	4	4	4	4	4	1	1	4	3		3	4	1	1	4	3	4	3	3	1	1	4	3	4	3	3	2	1	4																													
備考		休業日	中間 考査	中間 考査	中間 考査	中間 考査			休養 日				休養 日			休養 日			休養 日			地区 総ス	地区 総ス	地区 総ス	休養 日			休養 日						休養 日			休養 日																						

7月		週休日・祝日合計								8日「1」の計		7日「2」の計		1日		平日合計		23日「3」の計		17日「4」の計		6日									
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
実施	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	3	1	1	4	3	3	3	4	1	1	4	3	3	3	4	1	1	4	3	3	3
備考	休養日				休養日			休養日		県総ス	県総ス	県総ス	県総ス	休養日			休養日				休養日			休養日			休養日				

[illegible][illegible]

10	月	週休日・祝日合計								9 日		「1」の計					8 日		「2」の計					1 日				平日合計					22 日		「3」の計					14 日		「4」の計					8 日							
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																							
曜	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金																							
実	3	3	4	1	1	4	3	3	3	4	1	1	2	3	3	3	4	1	1	4	3	3	4	3	1	1	4	3	3	3	4																							
施																																																						
考																																																						

11	月	休休日・祝日合計 10 日										「1」の計 8 日					「2」の計 2 日					平日合計 20 日				「3」の計 6 日				「4」の計 14 日			
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
曜	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日			
実施	1	1	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	1	1	4	4	3	3	3	1	1	4	3	3	3	4	1	1			
備考			休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	中間 考查	中間 考查	中間 考查	中間 考查			休養日				休養日			休養日				休養日					

12月		週休日・祝日合計										10日		「1」の計		8日		「2」の計		2日		平日合計		21日		「3」の計		12日		「4」の計		9日	
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
曜	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水		
実施	4	3	3	3	4	1	1	4	3	3	3	4	1	1	4	3	3	3	4	1	1	4	4	3	3	4	1	1	3	2	2		
備考	休養日				休養日			休養日				休養日			休養日				休養日			休養日			休養日					休養日	休養日		

1	月	週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 8 日 「2」の計 4 日															平日合計 19 日 「3」の計 12 日 「4」の計 7 日														
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
日	2	2	2	1	1	3	4	3	3	1	1	4	3	3	3	4	2	1	4	3	3	3	4	1	1	4	3	3	3	4	1
実施																															
備考	休養日	休養日	休養日				休養日					休養日				休養日	休養日		休養日				休養日		休養日				休養日	休養日	

2月		週休日・祝日合計 9日 「1」の計 6日 「2」の計 3日															平日合計 19日 「3」の計 8日 「4」の計 11日														
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
曜	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土			
実施	1	4	4	4	4	4	2	2	4	4	2	3	3	1	1	4	3	3	3	4	1	1	4	3	3	3	4	1			
備考	休業日	休業日	休業日	休業日	期末 考查	期末 考查		休養日		期末 考查	期末 考查	休養日				休養日				休養日			休養日			休養日		休養日			

3月		週休日・祝日合計										「1」の計					「2」の計					平日合計					「3」の計					「4」の計							
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31								
曜	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水							
実施	2	1	3	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	1	1	4	3	3	3	4	1	1	4	3	3	3	3	2	1	3	3								
備考	卒業式				休業日	休業日	休業日	休業日	休業日	休業日	休業日	休業日	休業日		休業日				休業日			休業日					休業日	春合宿	春合宿	春合宿									