

令和8年度 部活動実施計画表

7 月

| 部名 | | 陸上競技 部 | | 部員数 | | 34 名 | | | |
|----|---|-------------------------------------|----|-------|-------|---------|--------|-------------|--|
| 日 | 曜 | 行事予定 | 活動 | 活動時間 | | 大会・試合名称 | 場所 | 備考 | |
| | | | | 開始 | 終了 | | | | |
| 1 | 水 | ⑦3年のみ(火)⑦の授業 東中タイムサポート(3年) | ○ | 17:00 | 19:00 | | 学校 | | |
| 2 | 木 | | × | | | | | | |
| 3 | 金 | | ○ | 17:00 | 19:00 | | 学校 | | |
| 4 | 土 | 土曜講習①②(3年) | ○ | 9:00 | 12:00 | | 学校 | | |
| 5 | 日 | | × | | | | | | |
| 6 | 月 | 原別小ボランティア | ○ | 17:00 | 19:00 | | 学校 | | |
| 7 | 火 | 5分短縮授業 原別小ボランティア | ○ | 17:00 | 19:00 | | 学校 | | |
| 8 | 水 | 3年次総探発表 | ○ | 17:00 | 19:00 | | 学校 | | |
| 9 | 木 | | × | | | | | | |
| 10 | 金 | (月)①～⑦の授業 | ○ | 17:00 | 19:00 | | 学校 | | |
| 11 | 土 | 土曜講習①②(3年) 保護者セミナー | ○ | 9:00 | 12:00 | | 学校 | | |
| 12 | 日 | | 大会 | | | 国スポ予選 | 青森市 | | |
| 13 | 月 | 東高祭準備(10分短縮) | 大会 | | | 国スポ予選 | 青森市 | | |
| 14 | 火 | 東高祭準備(10分短縮) | 大会 | | | 国スポ予選 | 青森市 | | |
| 15 | 水 | 東高祭準備(10分短縮) | × | | | | | | |
| 16 | 木 | 東高祭準備 | × | | | | | | |
| 17 | 金 | 東高祭 | ○ | 各自練習 | | | 学校 | | |
| 18 | 土 | 東高祭 | ○ | 各自練習 | | | 学校 | | |
| 19 | 日 | 東高祭 | × | | | | | | |
| 20 | 月 | 海の日 | ○ | 9:00 | 12:00 | | 学校 | | |
| 21 | 火 | 7/19代休 デジタル×キャリア体験講座(3年) | ○ | 9:00 | 12:00 | | 学校 | | |
| 22 | 水 | 全校集会(5分短縮)離任式 進路後援会(3年) | ○ | 17:00 | 19:00 | | 学校 | | |
| 23 | 木 | 夏期講習(全) 医療従事者 体験講座(市民病院) | × | | | | | | |
| 24 | 金 | 夏期講習(全) | ○ | 14:00 | 16:00 | | 学校 | | |
| 25 | 土 | 3年小論文講演会 | ○ | 9:00 | 12:00 | | 競技場 | | |
| 26 | 日 | 全国高総文祭秋田大会 (～8/1) | × | | | | | | |
| 27 | 月 | 夏期講習(2,3年) 総探バス旅 (1年希望者) 放射線セミナー | ○ | 14:00 | 16:00 | | 学校 | | |
| 28 | 火 | 夏期講習(全) | ○ | 14:00 | 16:00 | 移動日 | 滋賀県彦根市 | インターハイ出場者のみ | |
| 29 | 水 | 夏期講習(全) 東北大OC& 卒業生懇談 | ○ | 14:00 | 16:00 | 監督会議など | 滋賀県彦根市 | インターハイ出場者のみ | |
| 30 | 木 | 夏期講習(全) | × | | | 前日調整 | 滋賀県彦根市 | インターハイ出場者のみ | |
| 31 | 金 | 夏期講習(3年次) | ○ | 14:00 | 16:00 | インターハイ | 滋賀県彦根市 | インターハイ出場者のみ | |

休日 9 日