

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

令和8年度 部活動実施計画表

8 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	土	全統共テ模試（3年）	○	9:00	12:00	インターハイ	滋賀県彦根市	インターハイ出場者のみ
2	日	全統共テ模試（3年）	×					
3	月	代ゼミ東北プレ	○	7:30	11:30		学校	
4	火	1日 HIGHT SCHOOL DAY	○	7:30	11:30		学校	
5	水		○	7:30	11:30		補助競技場	
6	木		○	7:30	11:30		学校	
7	金		×					
8	土		大会	6:55～		東青地区大会	青森市	出場希望者のみ
9	日		大会	7:00～		東青地区大会	青森市	出場希望者のみ
10	月	学校閉庁期間	×					
11	火	山の日、学校閉庁期間	×					
12	水	学校閉庁期間	×					
13	木	学校閉庁期間	×					
14	金	学校閉庁期間	×					
15	土		○	9:00	12:00		学校	
16	日	代ゼミ東北大入試プレ解説講義	×					
17	月	造道中サポートボランティア（1年2年）	○	9:00	12:00		学校	
18	火		○	9:00	12:00		学校	
19	水		○	9:00	12:00		学校	
20	木	夏期講習（全）	×					
21	金	夏期講習（全）	○	14:00	17:00	移動日	学校	出場者のみ
22	土		○	9:00	12:00	東北総体	福島県福島市	出場者のみ
23	日		×			東北総体	福島県福島市	出場者のみ
24	月	夏期講習（全） 考查期間	×					
25	火	実力テスト（全）	○	12:00	14:00		学校	
26	水	実力テスト（3年）	○	17:00	19:00		学校	
27	木		×					
28	金		大会	6:55～		新人戦	青森市	
29	土		大会	7:00～		新人戦	青森市	
30	日		大会	7:00～		新人戦	青森市	
31	月		×					

休日 0 日