

別紙 2

鳥取県立米子東高等学校山岳部年間活動計画

部員数	男子 10名 女子 7名 合計17名
顧問氏名	第1：井田 明人 第2：吉井 昌博 第3：勝部 美保子
活動日	月、火、水、金、土
休養日	木、日
活動時間	(平日) 月・火・水・金・・・2時間 (休日) 土・・・・・・・・・・2時間30分(9:30～12:00)
活動場所	勝田山

活動目標	○インターハイ入賞、中国大会3位入賞 ○目標を達成するためにより良い準備が出来る生き方を身につける。
------	---

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4月	新人戦(摩尼山) 27(土)	歓迎合宿	新入生に基礎を身につけさせる。
5月	県高校総体(大山) 25(土)～27(月)	総体踏査合宿	県総体に向けての練習
6月		全国高校総体踏査合宿	全国高校総体に向けての練習
7月		大山名所巡り 臨海合宿	全国高校総体に向けての練習
8月	全国高校総体 (福岡：英彦山) 2(金)～6(火)	合同県外合宿	全国高校総体に向けての練習
9月	中国大会予選(毛無山) 13(金)～15(日)	中国大会踏査合宿	中国大会に向けての練習
10月	中国大会(広島：恐羅漢山) 25(金)～27(日)		中国大会に向けての練習
11月		次年度中国大会踏査合宿	次年度中国大会に向けての練習
12月		スキー合宿(冬季休業中)	歩行バランス、雪上トレーニング
1月		スキー合宿(冬季休業中)	歩行バランス、雪上トレーニング
2月			基礎・体幹トレーニング
3月		卒業合宿	基礎・体幹トレーニング

備考
