

10月				11月				12月						
土	曜	明石陸協主催等	中体連・高体連	兵庫陸協等	日	曜	明石陸協主催等	中体連・高体連	兵庫陸協等	月	曜	明石陸協主催等	中体連・高体連	兵庫陸協等
1	土		明石中学新人(明)	兵庫秋季記録会高校(神)	1	火				1	木			
2	日		明石中学新人(明)		2	水				2	金			
3	月				3	木	子ども会陸上大会(明)		兵庫実業団駅伝(平)	3	土		近畿中学駅伝(奈糧)	
4	火				4	金				4	日		近畿中学駅伝(奈糧)	
5	水				5	土		兵庫高校駅伝(篠)		5	月			
6	木	×			6	日		兵庫高校駅伝(篠)	兵庫小学生秋季記録会(姫)	6	火			
7	金	×			7	月				7	水			
8	土	×	兵庫中学長距離記録会(加)	兵庫秋季記録会(神)	8	火				8	木			
9	日	×		兵庫秋季記録会(神)	9	水				9	金			
10	月				10	木				10	土	②明石ロード・長距離記録会(明)		兵庫小学生駅伝・記録会(加河)
11	火				11	金				11	日			子午線マラソン(西)
12	水				12	土	①明石ロード・長距離記録会(明)			12	月			
13	木				13	日				13	火			
14	金				14	月				14	水			
15	土	明石中学選手権・秋季記録会(明)			15	火				15	木			
16	日	明石中学選手権・秋季記録会(明)		兵庫小学生陸上(神)	16	水				16	金			
17	月				17	木				17	土	明石市小学生駅伝大会 明石市駅伝競走大会		
18	火				18	金				18	日		全国中学駅伝(滋希)	加古川マラソン(加河)
19	水				19	土		兵庫中学駅伝(奥)		19	月			
20	木				20	日			神戸マラソン(神戸市)	20	火			
21	金		U16陸上競技大会(愛媛)		21	月				21	水			
22	土		U16陸上競技大会(愛媛)		22	火				22	木			
23	日		U16陸上競技大会(愛媛)		23	水		都道府県駅伝中学選考会(明)		23	金			
24	月				24	木				24	土		近畿東海高校合宿(姫・加)	
25	火				25	金				25	日	全国高校駅伝(京大) 近畿東海高校合宿(姫・加) 兵庫中学選抜合宿(明)		
26	水				26	土	JTBリレーマラソン(明)	近畿高校駅伝(南あ)		26	月	近畿東海高校合宿(姫・加) 兵庫中学選抜合宿(明)		
27	木				27	日		近畿高校駅伝(南あ)		27	火	近畿東海高校合宿(姫・加) 兵庫中学選抜合宿(明)		
28	金				28	月				28	水			
29	土		東播中学駅伝(加)		29	火				29	木	×		
30	日	スペシャルオリンピックス(明)			30	水				30	金	×		
31	月									31	土	×		

1月(2023年)				2月(2023年)				3月(2023年)						
火	曜	明石陸協主催等	中体連・高体連	兵庫陸協等	水	曜	明石陸協主催等	中体連・高体連	兵庫陸協等	木	曜	明石陸協主催等	中体連・高体連	兵庫陸協等
1	日	×			1	水				1	水	×		
2	月	×			2	木				2	木	×		
3	火	×			3	金				3	金	×		
4	水				4	土			日本室内選手権(大城)	4	土	×		
5	木				5	日			日本室内(大城) 郡市区駅伝(加河)	5	日	×		丹波篠山ABCマソン(篠) フィールド・長距離記録会(神)
6	金				6	月				6	月	×		
7	土	③明石ロード・長距離記録会(明)		都道府県駅伝練習会(加)	7	火				7	火	×		
8	日				8	水				8	水	×		
9	月				9	木				9	木	×		
10	火				10	金				10	金	×		
11	水				11	土	⑧明石強化練習会(明)			11	土	×		
12	木				12	日				12	日	×		
13	金				13	月				13	月	×		
14	土	明石駅伝大会(明)予定 12/17へ変更			14	火				14	火	×		
15	日			都道府県女子駅伝(京た)	15	水				15	水			
16	月				16	木				16	木			
17	火				17	金				17	金			
18	水				18	土		兵庫中学新人駅伝(三)		18	土	明石春季記録会(明)		
19	木				19	日		西播高校新人駅伝(網)	日本選手権競歩(六)	19	日	明石春季記録会(明)		兵庫実業団記録会(神)
20	金				20	月				20	月			
21	土	⑦明石強化練習会(明)			21	火				21	火	⑨明石強化練習会(明)		
22	日				22	水				22	水			
23	月				23	木				23	木			
24	火				24	金				24	金			
25	水				25	土	①明石中学記録会(明)			25	土		兵庫中学記録会(神)	
26	木				26	日			姫路城マソン(姫路市)	26	日		兵庫中学記録会(神)	
27	金				27	月				27	月			
28	土	郡市区駅伝試走(加河)			28	火				28	火			
29	日									29	水			
30	月									30	木			
31	火									31	金			