



新年おめでとうございます。一陽来復とともに天地の万物は新たなり、輝かしい新年を迎えることが出来ました。昨年は色々とお世話になり、ありがとうございます。平成30年度がスタートしましたが本年度も、宜しくお願い申し上げます。



謹賀新年



いよいよ3学期がスタート！！

3学期がスタートします。正月でなまってしまった体を徐々に回復させましょう。3学期は、6年生は中学生での部活動の準備として、4・5年生は春からのシーズンに向けて、低学年は基本運動と体力向上を目標に頑張りましょう。

まだまだ寒いですが体調管理には十分注意して下さい。

1月よりなわとび練習をします！！

1月よりなわとびを練習に使用するので必ず持ってきて下さい。

なわとびは、体の筋力や持久力、バネなどを総合的に鍛えることができるスグレものです。さあ～色々な跳び方にチャレンジ！！(前跳び・後跳び・前二重跳び・後二重跳び・はやぶさ)毎日、コツコツ続けると大きな成果につながるのでガンパロウ！！家でも簡単にできるよ！！



がんばった！第16回兵庫県小学生陸上競技長距離大会・第13回兵庫県小学生駅伝競走大会

12月16日(土)に第16回兵庫県小学生陸上競技駅伝長距離大会が加古川河川敷マラソンコースで行われ5年生男子1500mに林大陸、5年生女子800m宮宅ひな、池田朱里、梶山真愛、6年生女子800m脇下小春、福井もか、山口真奈が参加しました。

第13回兵庫県小学生駅伝競走大会では、県下3位と素晴らしい結果でした。練習を重ねた努力の賜物です。各区分でもたくさんの方々が賞を獲得し、8人が素晴らしいチームワークを発揮しました。行われ友好レースに藤田直子、山本恭平が参加しました。関係者の皆さん、朝早くからの応援ありがとうございました。

1月の練習・試合日程



月	火	水	木	金	土	日
1 初詣	2 万葉マラソン 不参加者 休み	3 休み	4 休み	5 場所変更 中央公園 Aコート B	6 サンスポ B・C	7 サンスポ B・C
8	9 休み	10 明石教室 休み	11 中央公園 Aコート E	12 天満小A 中央公園 Aコート E	13 S&B高砂 不参加者 休み	14 上郡駅伝 不参加者 休み
15 天満南小	16 天満小 A	17 明石教室 サンスポ D	18 天満東小 中央公園 Aコート E	19 天満小A 中央公園 Aコート E	20 陸協記録会 サンスポ B・C	21 変更有 サンスポ B・C
22 天満南小	23 天満小 A	24 明石教室 サンスポ D	25 天満東小 中央公園 Aコート E	26 天満小A 中央公園 Aコート E	27 定例役員会 サンスポ B・C	28 播磨町ロード レース 不参加者 休み
29 天満南小	30 天満小 A	31 明石教室 サンスポ D	1 予定 中央公園 Aコート E	2 予定 中央公園 Aコート E	3 予定 サンスポ B・C	4 S&B神戸 不参加者 休み

※練習時間・日程変更の場合は連絡します。

※練習時間・日程変更の場合は連絡します。

A→ 7:10～7:50 水曜日(アスレ・教室)
 B→ 9:00～10:30 木曜日(アスレ・教室)
 C→ 9:00～12:00 金曜日(アスレ・教室)
 D→16:00～17:00 土曜日(アスレ・教室)
 E→17:30～19:00 日曜日(アスレ・教室)

見まし

2月・3月行事予定の連絡

☆第13回中央栗市駅伝大会 2月11日(日)
 ☆兵庫県川マラソン 2月21日(日) 申込締切 1月 日
 ☆みっきいふれあいマラソン 3月 4日(日) 申込締切 1月 日
 ☆総会・6年生お別れ会 予定 3月11日(日)