



(URL: <http://www.npo@inaminoathletic.org>)



### 第8回クラブ駅伝大会・友好長距離競走大会

クラブから駅伝5チームと友好長距離競走大会に参加し、大変頑張りました。駅伝は総合第4位になりました。早朝より役員の方がた、ご苦労様でした。

### 第14回兵庫県小学生駅伝競走大会ですよ！！

### 第17回兵庫県小学生陸上競技長距離大会・・

12月15日(土)に第17回兵庫県小学生陸上競技長距離大会と14回兵庫県小学生駅伝競走大会が加古川河川敷マラソンコースで行われます。参加選手は練習の成果を発揮してください。駅伝大会は午前10時開始です。いなみ野陸上教室代表として頑張らしましょう。

時間のある方は応援に来て下さい。

### いよいよ冬休みですね！！

12月21日(金)から、いよいよ冬休みに入ります。この時季、クリスマスや正月は、子供達にとっては楽しいことばかりです。各家庭では年末大掃除や片付けを行うと思いますが、子供達の役割を決めて、しっかり手伝いをさせて下さい。また、大掃除だけではなく毎日の生活の中からも手伝いをさせて

また、大掃除だけではなく毎日の生活の中からも手伝いをさせて下さい。

子供達は、お父さん、お母さんの手伝いを進んで行いましょう。

### ”陸上体験をしませんか” ”きれいな走り方を学びませんか”

アスレチック体験が始まります。12月21日より12月26日まで！！

「のびのびさん」6日間コースが始まります。12月21日・22日・23日

24日25日26日たくさんの方に声を掛けてあげてください。

連絡して下さい担当(090-5053-0070)

### 今後の大会予定

平成30年12月 2日(日)	高砂マラソン	陸上教室
平成30年12月 9日(日)	西脇子午線マラソン	陸上教室
平成30年12月15日(日)	県駅伝・長距離競走大会	陸上教室
平成31年 1月 2日(火)	稲美町新春万葉マラソン	アスレチック
平成31年 1月 日(日)	上郡ミニ駅伝	アスレチック
平成31年 1月12日(土)	S&Bちびっこ健康マラソン	高砂 アスレチック
平成31年 1月27日(日)	播磨町ロードレース大会	播磨町 アスレチック
平成31年 2月10日(日)	宍粟市駅伝	陸上教室
平成31年 2月17日(日)	市川マラソン	アスレチック
平成31年 3月 日(日)	みっきふれあいマラソン	アスレチック
平成31年 3月 日(日)	6年生送る会(卒部式)	アスレチック

**新春マラソンに出場する人は自主練を忘れずに！！**

## 12月の練習・試合日程



月	火	水	木	金	土	日
加古川敷⇒ 加古川河川敷マラソンコースです 駅伝・長距離⇒ 12月15日(土)に出場する人。 (分からない所は確認してください)			29 駅伝 中央公園A E	30 天満小母里小 中央公園 駅伝・長距離 19:30~9:00	12月1日 加古川敷① 駅伝 10-12 風の丘 B・C	2 高砂マラソン 加古川敷② 駅伝・長距離 11:00-13:00 アスレ休
3 天満南小 中央公園 駅伝・長距離 19~20:30	4 天満小 中央公園 駅伝・長距離 19~20:30	5 サンスポ D 明石教室 中央公園 駅伝・長距離 19~20:30	6 天満東小 駅伝 中央公園A E	7 天満小母里小 中央公園 駅伝・長距離 19~20:30	8 加古川敷3 駅伝 10-12 サンスポ B・C	9 西脇子午線 日清全国 大阪
10 天満南小 中央公園 駅伝・長距離 19~20:30	11 天満小 中央公園 駅伝・長距離 19~20:30	12 サンスポ D 明石教室 中央公園 駅伝・長距離 19~20:30	13 天満東小 駅伝 最終日 中央公園A E	14 天満小母里小	15 第14回駅伝 第17回長距離 河川敷 駅伝・長距離	16 月定例 風の丘 B・C
17 天満南小	18 天満小	19 明石教室 サンスポ D	20 天満東小	21 終業式 のびのび① 中央公園B E	22 長距離大会 のびのび② サンスポ B・C	23 長距離予備 のびのび③ サンスポ B・C
24 のびのび④ 中央公園A 9-11 B・C	25 のびのび⑤ 中央公園A 9-11 B・C	26 のびのび⑥ 中央公園A 9-11 B・C	27 中央公園A 9-11 B・C	28 サンスポ 周辺練習 C	29 サンスポ 周辺練習 C	30 サンスポ 周辺練習 C
31 	1 	2 新春 万葉マラソン	3 	4	5 サンスポ トラック練習 B・C	6 サンスポ トラック練習 B・C

※雨天練習中止 ※練習時間・日程変更の場合は連絡します。

- A→ 7:00~ 7:40
- B→ 9:00~10:30 AC
- C→10:30~12:00 教室
- D→16:00~17:00 足立教室
- E→17:30~19:00 AC

『るびげる』を読み終えたら

見ました