



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した。平成29年度がスタートをしましたが本年度も御協力方、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・はやぶさ等)  
毎日、コツコツ続けると大きな成果につながるのでガンバロウ！！  
家でも簡単にできるよ！！



## がんばった！第15回兵庫県小学生陸上競技長距離大会・ 第12回兵庫県小学生駅伝競走大会

12月17日(土)に第15回兵庫県小学生陸上競技長距離大会が加古川運動公園陸上競技場で、  
第12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なわれました。  
出場者は、この大会に向けて本当に良く練習を重ねました。皆、良くがんばりましたね。  
駅伝は大変良い成績を収めることが出来ました。県下4位となりました。素晴らしい結果となりました。  
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
		28 万葉参加者 上郡駅伝 休み	29 万葉参加者 上郡駅伝 休み	30 万葉参加者 上郡駅伝 休み	31 休み	1 初詣 休み
2 サンスポ 万葉マラソン	3 休み	4 休み	5 上郡駅伝 参加者練習 B 休み	6 上郡駅伝 参加者練習 B 休み	7 サンスポ アスレ全員 教室全員 B・C	8 上郡駅伝 休み
9	10 天満小A A	11 天満南小A サンスポ D	12 変更 中央公園A E	13 天満小A 中央公園A E	14 S&B高砂 休み	15 サンスポ 定例役員会 B・C
16	17 天満小A A	18 天満南小A サンスポ D	19 変更 中央公園A E	20 天満小A 中央公園A E	21 サンスポ B・C	22 播磨町ロード レース 不参加者 休み
23	24 天満小A	25 天満南小A	26 中央公園A E	27 天満小A	28 サンスポ B・C	29 サンスポ B・C
30	31 天満小A A	1 天満南小A サンスポ D	2 中央公園	3 天満小A	4 サンスポ B・C	5 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→ 7:00～7:50      D→16:00～17:00  
B→ 9:00～10:30      E→17:00～19:00  
C→ 9:00～12:00

- ☆S&Bちびっこ健康マラソン大会 2月 5日 (日)
- ☆第12回宍粟市駅伝大会 2月12日 (日)
- ☆兵庫県川マラソン 2月19日 (日)
- ☆総会・6年生お別れ会 予定 3月12日 (日)
- ☆みつきいふれあいマラソン 3月 5日 (日)

