



## 2月の練習・試合日程

月	火	水	木	金	土	日
February 		1	2	3 恵方巻 北北西 	4 サンスポ° B・C	5 郡市区 S&B神戸 休み
	6	7 天満小A	8 サンスポ° D	9 中央公園 Aコート E	10 天満小A 中央公園 Aコート E	11 サンスポ B・C
13	14 天満小A	15 サンスポ° D	16 中央公園 Aコート E	17 天満小A 中央公園 Aコート E	18 サンスポ° アスレ定例 B・C	19 市川マラソン 休み
20	21 天満小A	22 サンスポ° D	23 中央公園 Aコート	24 天満小A	25 サンスポ° B・C	26 サンスポ° B・C
27	28 天満小A	1 サンスポ° D	2 中央公園 Aコート E	3 天満小A	4 サンスポ° B・C	5 サンスポ° B・C

※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→ 7:00～7:45 学校早朝練習(アスレチック・教室)  
B→ 9:00～10:30 サンスポ°いなみ野アスレチック  
C→ 9:00～12:00 サンスポ°いなみ野陸上教室  
D→ 16:00～17:00 サンスポ°夕方練習(アスレチック・教室)  
E→ 17:00～19:00 中央公園練習(一般・教室)

見まし

**NPO法人いなみ野アスレチック**

**いなみ野アスレチッククラブ**

練習時間: Am9:00～10:30  
基礎体力向上、基本運動  
運動会、マラソン大会、子ども会駅伝 対応

**Am9:00～10:30合同練習**

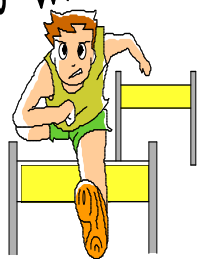
**いなみ野小学生陸上教室**

練習時間: Am10:30～12:00  
T&F競技大会に出場

楽しく・厳しく・元気に！

監督推薦や基準をクリアした者は  
陸上教室コースへ変わることが出来る

ホップ・ステップ・ジャンプ



### ロードレースで体力と集中力を作しましょう

2月はロードレース・駅伝と大会が続きますががんばって下さい。もうすぐ春が来ます。春がくればトラック&フィールドの季節です。この時期に持久力のつくロードレースを頑張る事は大事なことです。自分の出来る所から頑張ってください。

### 「忘れないように！」

1月号の「るぶげる」でお知らせをしましたが今月から縄跳び練習を行います。子供達からは『縄跳びを忘れたア〜』の声が無い様にお願いします。縄跳びを忘れたら出来ません。家を出る前に持ち物チェックをお願いします。

### 「総会及び6年生お別れ会」

3月12日(日)に総会とお別れ会を行う予定です。詳しいことは決まり次第、役員さんから連絡があるので宜しくお願いします。



来月(3月)の連絡

☆みつきいふれあいマラソン 3月 5日(日)  
☆総会・6年生お別れ会 3月 12日(日)

『るぶげる』を読み終えたら  
“見ました”欄へチェック願います。