



2025

9月21日 日清カップ第41回兵庫県小学生陸上競技交流大会

「記録会」「キッズチャレンジ50mタイムトライアル」

1年生から3年生の低学年から全国交流大会を目指す6年生までの
会員が、日頃の練習の成果を出して、頑張りました。自己更新記録も
沢山の方が出していました。参加者18名の皆さん、ご苦労様でした。

保護者様のご協力、私達指導者一同、『感謝』の気持ちで一杯です。

これからも、子供達の環境づくりに御協力の方、宜しくお願い致します。

☆2025 兵庫県小学生陸上競技秋季記録会(ウイング姫路)11月9日(日)

☆49回兵庫県小学生陸上競技大会(ウイング姫路)11月9日(日)

小学1年生から6年生まで参加できます。皆さん挑戦してみませんか。

参加される方はしっかりと準備(練習)をして参加してください。

ちょっと一言!!

自信は日々の達成感の積み重ねです

- ・自信を持てるようにするには、自分をよく知る事
- ・『自信を持とう、自信を持とう・・・』という意識は、かえって自分自身に
プレッシャーを与えてしまい、逆効果になる恐れがある

『マイペースを保つ事』に意識の荷重を置いてみよう。

たくさん悩んで、自分自身と向き合ってみる・・・自分を客観的に見つめ
る時間を多く作ることで自分をもっともっと”知る”ことが出来る。

ヒト(他人)には無くて自分にあるもの。ヒト(他人)にあって自分には無いもの。
ヒトの数だけ個性があります。自分の個性を使い『こんな人間になりたい』
というビジョン描いてみる。その様な努力が、素晴らしい人間的に成長に
つながると思います。何かに努力している姿は、だれが見ても魅力的に
映ります。

あなたらしいあなたを精一杯出し切れば、必ず結果は付いてきます。

努力する事は自分をより知ることに繋がり、いずれの自信へ繋がって
いきます。自分の抱えている問題を正しく認識して、積極的に問題解決へ
意欲を持ちましょう。

10月の練習・試合日程



月	火	水	木	金	土	日
		1 中央公園A D	2 中央公園A C	3 休み	4 サンスポ A・B	5 Jr記録会 サンスポ A・B
6 休み	7 休み	8 中央公園A D	9 中央公園A C	10 休み	11 三木長距離大会 サンスポ A・B	12 サンスポ A・B
13 練習予備日 サンスポ A・B	14 休み	15 中央公園A D	16 中央公園A C	17 休み	18 風の丘 A・B	19 Jr記録会 サンスポ A・B
20 休み	21 休み	22 中央公園A D	23 中央公園A C	24 休み	25 サンスポ A・B	26 サンスポ A・B
27 休み	28 休み	29 中央公園A D	30 中央公園A C	31 休み		

※雨天練習中止

※練習時間・日程変更の場合は連絡します。

A	9:00~10:30	アスレチック・教室基礎コース
B	9:00~12:00	選手コース
C	17:30~19:00	全会員合同練習
D	19:00~20:30	選手コース・中学生

アスレチックの理念 三つの心
「感謝の心」「思いやりの心」「自立の心」



今後の予定です

☆10月11日(土)

☆11月 9日(日)

☆11月24日(月・祝)

☆12月 13日(土)

☆12月 13日(土)

三木長距離競争大会(三木総合防災公園陸上競技場)

県小学生陸上秋季記録会(ウイング姫路市)

兵庫県クラブチームの会万葉小学生駅伝競走大会

第21回兵庫県小学生駅伝競走大会

第24回兵庫県小学生陸上競技長距離大会