

# るぶげる

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

「NPO法人いなみ野アスレチック」は  
**いなみのAC育成コースと陸上教室です！！**  
 楽しみながら基礎体力向上を中心とした「いなみ野アスレチッククラブ」と  
 競技種目練習を中心とした「いなみ野小学生陸上教室」の二つがあります。

## NPO法人いなみ野 アスレチック クラブ

### いなみ野アスレチッククラブ

育成コース 5歳～小学3年生  
 (基本)  
 練習時間: Am9:00～10:30  
 5歳～3年生

## いなみ野小学生 陸上教室

教室コース4年生から6年生(基本)  
 練習時間: Am9:00～10:30  
 基本動作を身に付けます。県大会参加希望者は選手コースに入ることが出来ます  
 選手コース 4年生から6年生(基本)  
 練習時間: Am9:00～12:00  
 県小学生大会T&F競技大会に出場します  
 県駅伝大会・長距離大会出場します。優



ホップ・ステップ・ジャンプ



## 2月の行事日程

月	火	水	木	金	土	日
					1 サンスポ A・B	2  郡市区駅伝 休み
3 休み	4 休み	5 中央公園A D	6 中央公園A C	7 休み	8 サンスポ A・B	9 市川マラソン Jr記録会 サンスポ A・B
10 休み	11 三木駅伝 三木山 サンスポ A・B	12 中央公園A D	13 中央公園A C	14 休み	15 サンスポ A・B	16 サンスポ A・B
17 休み	18 休み	19 中央公園A D	20 中央公園A C	21 休み	22 サンスポ A・B	23 天皇誕生日 Jr記録会予 サンスポ A・B
24 サンスポ A・B	25 休み	26 中央公園A D	27 中央公園A C	28 休み		

※練習時間・日程変更の場合は連絡します。

- |                |               |
|----------------|---------------|
| A→ 9:00～10:30  | ・いなみ野AC・教室    |
| B→ 9:00～12:00  | ・選手コース        |
| C→ 17:30～19:00 | ・合同練習         |
| D→ 19:00～20:30 | ・中学生・選手コース自主練 |

### 2月・3月行事予定

- |            |              |           |
|------------|--------------|-----------|
| 令和7年 2月11日 | 三木駅伝大会       | 三木山総合運動公園 |
| 令和7年 3月 2日 | みっきいふれあいマラソン | 三木防災公園    |
| 令和7年 3月 9日 | 総会・お別れ会      |           |
| 令和7年 3月16日 | いなみ野ため池駅伝大会  | 加古大池      |

### 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  
 忘れると練習が出来ません。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9日(日)に成果報告会、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。