

教室るぶげる

平成29年度 NPO法人いなみ野アスレチック

10月号 第10号 10月1日(木)

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



『クラブ記録会』御苦労様でした！（令和2年9月6日日曜日）

コロナ禍の中ベスト記録を出すのは難しかったと思いますが良く頑張りました。兵庫県小学生クラブチーム陸上競技記録会として回数を重ねる度、盛大になりましたが保護者で作る『手作り』の記録会には変わりありません。これも協力をして頂ける役員保護者方々の御理解があるからです。本当にありがとうございます。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方、宜しくお願い致します。

日清小学生交流・県小学生陸上競技大会（2年10月18日日曜日）

小学生大会が今年度初めて行われます。日清小学生交流大会が中止になり秋季大会と一緒に開催です。参加する人はしっかりと準備（練習）をしてください

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事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』というビジョンを描いてみる。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誰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事に繋がり、いずれの自信へ繋がって**

10月の練習・試合日程



月	火	水	木	金	土	日
			1 中央Aコート C	2 母里小A 天満小A	3 特支記録 サンスポ B・B1	4 Jr記録 サンスポ B・B1
5 天満南小A	6 天満小A 大会特別練習 中央Aコート C	7	8 中央Aコート C	9 母里小A 天満小A	10 駅伝研修 サンスポ B・B1	11 休み
12 天満南小A	13 天満小A 18日代替練習 中央Aコート C	14	15 中央Aコート C	16 母里小A 天満小A	17 風の丘 B・B1	18 交流・県大会 ユニバー記念 不参加 休み
19 天満南小A	20 天満小A 大会特別練習 中央Aコート C	21	22 中央Aコート C	23 母里小A 天満小A	24 Jr記録予備 サンスポ B・B1	25 サンスポ B・B1
26 天満南小A	27 天満小A 大会特別練習 中央Aコート C	28	29 中央Aコート C	30 母里小A 天満小A	31 風の丘 B・B1	1 サンスポ B・B1

※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 母里・天満・天南

B→ 9:00～ 10:30 基礎ドリル練習

B1→ 9:30～ 12:00 種目練習

C→ 17:30～ 19:00 合同練習会

『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。

☆10月18日(日)日清食品カップ兵庫県小学生陸上競技交流大会

兼第44回兵庫県小学生陸上競技(ユニバー記念競技場)

☆11月8日(日)県小学生陸上秋季記録会(姫路市立陸上競技場)

☆12月20日(日)兵庫県クラブチーム小学生いなみ野万葉駅伝

(11月29日より日程変更。サンスポーツランド・いなみ周回コース)