

## ランニングジュニア予定表

月日	場所 時間	内容	主な練習予定	参加費
10/7 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	ランニング	基本動作・ドリル すばやく判断する練習 ゲーム	1,100円
10/14 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	ランニング	基本動作・ドリル ラダーを使って練習 ゲーム	1,100円
10/21 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	ランニング	お休み	1,100円
10/28 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	ランニング	基本動作・ドリル 変形ダッシュ&リレー ゲーム	1,100円
11/4 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	ランニング	未定	1,100円

※対象年齢:小学生 ※体育館での活動の際は室内シューズが必要になります。

※保護者の方のご見学可能です。