

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
11/4 (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 ボールゲーム	1,100円
11/11 (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
11/18 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	ランニング	基本動作・ドリル 横の動きやすばやい判断の練習 ゲーム	1,100円
11/25 (水)		ランニング	お休み	1,100円
12/2 (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。