

ランニングジュニア予定表

月日	場所 時間	主な内容	参加費
11/7 (日)	岩名運動公園 9:00~10:15	基本動作・坂ダッシュ・ ジャイロボール投げ・ゲームなど	1,100円
11/10 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	基本動作・変形ダッシュ・ スタート練習・ボールゲーム	1,100円
11/21 (日)	岩名運動公園 9:00~10:15	基本動作・クロカンジョグ・ 激坂ラン・ジャイロボール投げなど	1,100円
11/24 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	基本動作・4Kボール投げ・3歩跳び・ コーナーランなど計測競争	1,100円
12/1 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	未定	1,100円
12/8 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	未定	1,100円

※対象年齢:小中学生 ※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。 Tel 043-481-0711 mail:info@nipponrunners.or.jp ニッポンランナーズ