

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
12/1 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	基本動作・ゲーム・ボールキャッチ ・リレー・ドッチボールなど	1,100円
12/8 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	基本動作・変形ダッシュ・ 視野を広げる練習・ボールゲームなど	1,100円
12/19 (日)	岩名運動公園 9:00~10:15	基本動作・不整地&坂ラン・ ゲーム・ジャイロボール投げなど	1,100円
12/22 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	基本動作・3歩跳び ・メティンボール投げなど ※フォーム撮影チェック	1,100円
12/26 (日)	岩名陸上競技場 9:00~10:15	基本動作・新聞紙ラン・ ゲーム・リレーなど ※保護者ご参加DAY	1,250円
1/9 (日)	岩名運動公園 9:00~10:15	未定	1,100円
1/12 (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