

## 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
5/10 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	基本動作(ラダー)・紐トレ・ゲーム・動きづくり ・変形ダッシュ・ドッジボール など	1,100円
5/14 (日)	岩名運動公園 9:00~10:15	基本動作(階段練習)・坂ダッシュ・ジャベポール投げ・ 鬼ごっこ・ドッジボール など	1,100円
5/24 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	基本動作(スキップ)・ボールスロー&キャッチ・ゲーム ・変形ダッシュ・ドッジボール など	1,100円
5/28 (日)	岩名運動公園 9:00~10:15	基本動作(ラダー)・坂ダッシュ・ジャベポール投げ・ フライキャッチ&ボールスロー練習・ドッジボール など	1,100円
6/7 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	未定	1,100円
6/11 (日)	岩名運動公園 9:30~11:45	NR全地区イベント 午前の部;ジュニアプログラム	1,500円
			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