

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
2/2 (日)	岩名運動公園 9:00~10:15	基本動作(スキップ・けんけん・階段)・クロカン坂ダッシュ・ ボールキャッチ&スロー練習・ゲーム・ドッジボール など	1,100円
2/5 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	基本動作(スキップ・けんけん・もも下げ)・反発練習・肩甲骨運動・ メティシンボール投げ・ドリブル練習・ゲーム・ドッジボール など	1,100円
2/12 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	基本動作(スキップ・けんけん)・反発練習・骨盤運動・ ドリブル&シュート練習・ボールゲーム・ドッジボール など	1,100円
2/16 (日)	岩名運動公園 9:00~10:15	基本動作(スキップ・けんけん・階段)・クロカン坂ダッシュ・ 反発練習・ジャベボール投げ・ゲーム・ドッジボール など	1,100円
		2月19日・2月26日 / 3月5日・3月12日は 内郷小体育館が使用できない為、活動など検討中です	1,100円
3/2 (日)	岩名運動公園 9:00~10:15	未定	1,100円
3/19 (水)	内郷小体育館 17:30~18:45	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。 Tel 043-481-0711 mail:info@nipponrunners.or.jp ニッポンランナーズ