

S.A.N AC 陸上 8月練習予定表

今月の目標 **【熱中症にならないように対策しよう】**

夏本番です。熱中症にならないように対策をしっかりとしよう。

【低学年】（1～4年生）

日にち	曜日	時間	場所	備考
1日	土	9:00～11:00	真鍋	
2日	日	9:00～11:00	川口	
3日	月			
4日	火			
5日	水			
6日	木			
7日	金			
8日	土	9:00～11:00	真鍋	
9日	日	9:00～11:00	川口	
10日	月			
11日	火	祝日の為、お休み		
12日	水			
13日	木	お盆休み		
14日	金			
15日	土			
16日	日			
17日	月			
18日	火			
19日	水			
20日	木			
21日	金			
22日	土	9:00～11:00	真鍋	
23日	日	9:00～11:00	さくら	
24日	月			
25日	火			
26日	水			
27日	木			
28日	金			
29日	土	9:00～11:00	栗原	
30日	日	9:00～11:00	川口	
31日	月			

【高学年】（5年～大人）

日にち	曜日	時間	場所	備考
1日	土	13:30～16:00	川口	
2日	日	13:30～16:00	川口	
3日	月			
4日	火			
5日	水			
6日	木			
7日	金			
8日	土	13:30～16:00	川口	
9日	日	13:30～16:00	川口	
10日	月			
11日	火	祝日の為、お休み		
12日	水			
13日	木	お盆休み		
14日	金			
15日	土			
16日	日			
17日	月			
18日	火			
19日	水			
20日	木			
21日	金			
22日	土	13:30～16:00	川口	
23日	日	コーチ不在の為お休み		
24日	月			
25日	火			
26日	水			
27日	木			
28日	金			
29日	土	13:30～16:00	川口	
30日	日	13:30～16:00	川口	
31日	月			

【育成・大人】

日にち	曜日	時間	場所	備考
1日	土			
2日	日			
3日	月			
4日	火	18:00～20:00	栗原	
5日	水	18:00～20:00	栗原	
6日	木	10:00～12:00	さくら	
		18:00～20:00	栗原	
7日	金			
8日	土			
9日	日			
10日	月			
11日	火	祝日の為、お休み		
12日	水	18:00～20:00	栗原	
13日	木	お盆休み		
14日	金			
15日	土			
16日	日			
17日	月			
18日	火	18:00～20:00	栗原	
19日	水	コーチ不在の為お休み		
20日	木	10:00～12:00	川口	
		18:00～20:00	栗原	
21日	金			
22日	土			
23日	日			
24日	月			
25日	火	記録会参加の為 お休み		
26日	水	18:00～20:00	栗原	
27日	木	10:00～12:00	川口	
		18:00～20:00	栗原	
28日	金			
29日	土			
30日	日			
31日	月			

【会場一覧】

真鍋小	真鍋小学校	土浦市真鍋4-3-1
栗原小	栗原小学校	つくば市栗原2018
さくら	さくら運動公園	つくば市流星台63
川口	川口運動公園	土浦市川口2-12-75
笠松	笠松運動公園	ひたちなか市佐和2197-28

【連絡事項】

①※に関してご不明な場合はLINEもしくは080-7518-0717（イシワタリ）までご連絡ください。 ②変更があった場合は赤字で訂正致しお知らせ致します。
--