

2026年4月 練習予定表

※通常コースは開始時間～120分、基礎コースは開始時間～60分の実施です。

月	火	水	木	金	土	日
3/30	3/31	1 ■代々木 16:00-	2 ■板橋 16:00-	3	4 ■高島平 9:30- ■練馬 14:00- ■代々木 17:30-	5 ■板橋 9:30-
6	7	8 ■代々木 16:00-	9 ■板橋 16:00-	10	11 ■高島平 9:30- ■練馬 14:00- ■代々木 17:30-	12 ■板橋 9:30-※ ■高島平 14:00-
13	14 ■練馬 16:30-	15 ■代々木 16:00-	16 ■板橋 16:00-	17	18 ■高島平 9:30- ■練馬 14:00- ■代々木 17:30-	19 ■板橋 9:30- 専門練習会 14:00- ★トレーナー帯同
20	21 ■練馬 16:30-	22 ■代々木 16:00-	23 ■板橋 16:00-	24	25 ■高島平 9:30- ■練馬 14:00- ■代々木 17:30-	26 ■板橋 9:30- ■高島平 14:00-
27	28 ■練馬 16:30-	29 ■代々木 16:00-	30 ■板橋 16:00-	5/1	5/2 ■高島平 9:30- ■練馬 14:00- ■代々木 17:30-	5/3 ■板橋 9:30- ■高島平 14:00-

会場名	競技場	備考
■代々木	代々木公園陸上競技場	フィールド種目は助走のみ
■練馬	光が丘公園陸上競技場	ジャバリックボール投・他フィールド種目は助走のみ
■板橋	城北中央公園陸上競技場	走幅跳・ハードル(貸切時)・他フィールド種目は助走のみ
■高島平	赤塚公園競技場	走幅跳・ジャバリックボール投

【注意事項】

- ・予定は急遽変更になる場合があります。
- ・集合について、競技場入口もしくはチーム待機場所へ5分前までにお集まり下さい。
- ・雨天の場合、練習会は中止となります。中止の連絡は練習会開始の2時間前までにご連絡させていただきます。
- ・中止となった練習の振替はありませんので、他の練習会へご参加ください。(コース利用中は翌月への振替も可)

【競技会・イベント】

日	曜日	競技会名	競技場
5	日	板橋春季記録会	新河岸陸上競技場

【ご連絡】

- ・スパイクの使用は代々木会場と専門練習会のみ可能です。(冬季期間中は使用しません。)※チーム推奨は4年生以上(平行ピンのみ/土用ピン不可)
- ・12日(日)の板橋会場は競技場貸切での実施です。
- ・トレーナー帯同は4月19日(日)の専門練習会の予定です。(練習は14:00-、全体コンディショニングは14:30-16:30)

【専門練習会】(通常コースとして実施・中学生の部と合同練習)

日	曜日	時間	競技場	競技場使用料
19	日	14:00-16:00	府中市市民陸上競技場	100円