

2025年12月 練習予定表

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3 ■代々木 18:15~20:15	4 ■板橋 18:15~20:15	5 ■夢の島 18:15~20:15	6 ■代々木 18:45~20:45	7
8	9	10 ■代々木 18:15~20:15	11 ■板橋 18:15~20:15	12 ■夢の島 18:15~20:15	13 ■代々木 18:45~20:45	14
15	16	17 ■代々木 18:15~20:15	18 ■板橋 18:15~20:15	19 ■夢の島 18:15~20:15	20 ■代々木 18:45~20:45	21 ★トレーナー帯同 ■合同練習会(板橋) 9:30~11:30 ■専門練習会(代々木) 14:00~16:00
22	23	24 ■代々木 18:15~20:15	25 ■板橋 18:15~20:15	26 ■夢の島 18:15~20:15	27 ■代々木 18:45~20:45	28
29	30	31	1	2	3	4
12/29~1/3 お休み						

標記	競技場	備考
■代々木	代々木公園陸上競技場	全天候型トラック・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	土グラウンド・フィールド種目は走幅跳のみ
■夢の島	夢の島競技場	全天候型トラック・走幅跳と砲丸投とハードルが利用可能
■練馬	光が丘公園陸上競技場	土グラウンド・フィールド種目は助走のみ

【競技場について】

表記	競技場名	利用可能種目(走る種目以外)	利用料金
等々力M	Uvance とどろきスタジアム(メイン)	ハードル・走幅跳	100円
等々力S	Uvance とどろきスタジアム(サブ)	ハードル・走幅跳	100円
夢の島	夢の島競技場	ハードル・走幅跳・砲丸投	150円
代々木	代々木公園陸上競技場	走る種目のみ	無料
府中	府中市民陸上競技場	ハードル・走幅跳・走高跳	100円

【注意事項・連絡事項】

- ・光が丘公園陸上競技場の工事に伴い12月からは代々木公園陸上競技場のみでの実施となります。
- ・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。
- ・競技場によって使用料が発生する場合があります。
- ・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。
- ※トレーナー帯同日の個別コンディショニング(16:00~17:00内で各15分×3枠限定)は事前予約が必要です。

【競技会・イベント】

日にち	競技会名	競技場
-	-	-