

2025年5月 練習予定表

| 月    | 火  | 水                         | 木                        | 金                         | 土                        | 日   |
|------|----|---------------------------|--------------------------|---------------------------|--------------------------|---|
| 4/28 | 29 | 30<br>■代々木<br>18:15~20:15 | 1<br>■板橋<br>18:15~20:15  | 2<br>■夢の島<br>18:15~20:15  | 3<br>■練馬<br>16:15~18:15  | 4   |
| 5    | 6  | 7<br>■代々木<br>18:15~20:15  | 8<br>■板橋<br>18:15~20:15  | 9<br>■夢の島<br>18:15~20:15  | 10<br>■練馬<br>16:15~18:15 | 11★トレーナー帯同<br>■専門練習会(等々力M)<br>14:00~16:00 |
| 12   | 13 | 14<br>■代々木<br>18:15~20:15 | 15<br>■板橋<br>18:15~20:15 | 16<br>■夢の島<br>18:15~20:15 | 17<br>■練馬<br>16:15~18:15 | 18  |
| 19   | 20 | 21<br>■代々木<br>18:15~20:15 | 22<br>■板橋<br>18:15~20:15 | 23<br>未定<br>(1週間前までに更新)   | 24<br>■練馬<br>16:15~18:15 | 25  |
| 26   | 27 | 28<br>■代々木<br>18:15~20:15 | 29<br>■板橋<br>18:15~20:15 | 30<br>未定<br>(1週間前までに更新)   | 31<br>■練馬<br>16:15~18:15 | 6/1                                       |

| 標記   | 競技場           | 備考                         |
|------|---------------|----------------------------|
| ■代々木 | 代々木公園陸上競技場 周辺 | コンクリート・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・走高跳・砲丸投 | 150円 |
| 舎人   | 舎人公園陸上競技場             | 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】

- ・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】

| 日にち   | 競技会名                     | 競技場      |
|-------|--------------------------|----------|
| 17・18 | 東京都中学校地域別陸上競技大会(区部1・2日目) | 夢の島競技場   |
| 24・25 | 板橋陸上競技選手権大会              | 新河岸陸上競技場 |