ティガアスリートクラブ

2026年3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
2/23	2/24	2/25 ■代々木 16:00～	2/26 ■板橋 16:00～	2/27	2/28 ■高島平　9:30～ ■練馬　14:00～ ■代々木 17:30～	1 ■板橋 9:30～
2	3	4 ■代々木 16:00～	5 ■板橋 16:00～	6	7 ■高島平　9:30～ ■練馬　14:00～ ■代々木 17:30～	8 ■板橋　9:30～※ 専門練習会 14:00～ ★トレーナー帯同
9	10	11 ■代々木 16:00～	12 ■板橋 16:00～	13	14 ■高島平　9:30～※ ■練馬　14:00～ ■代々木 17:30～	15 ■板橋 9:30～
16	17	18 ■代々木 16:00～	19 ■板橋 16:00～	20	21 ■高島平　9:30～ ■練馬　お休み ■代々木 17:30～	22 ■板橋 9:30～
23	24	25 ■代々木 16:00～	26 ■板橋 16:00～	27	28 ■高島平　9:30～ ■練馬　14:00～ ■代々木 17:30～	29 ■板橋 9:30～

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	ジャベリックボール投の練習が可能・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・ハードルの練習が可能・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・ジャベリックボール投の練習が可能

【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
-	-	-	-

【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)
・3月～11月は大会シーズン期間です。「なわとび」は使用しません。ご協力ありがとうございました。
・8日(日)の板橋会場は競技場貸切での実施です。
・14日(日)の高島平会場は競技場が利用できない為、自由広場での実施となります。競技場入口もしくは自由広場の待機場所へお集まりください。
・6年生を対象に3月1日(土)以降最初に参加した練習後に「卒団記念品」をお渡しいたします。※記念品の贈呈対象者は公式LINEにて周知します。
・トレーナー帯同は3月8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15:00～16:00)
・22日(土)の練馬会場は練馬こぶしハーフマラソンの設営により会場付近が利用できない為お休みとなります。

【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
8	日	14:00～16:00	Uvance とどろきスタジアム(メイン)	小学生 無料