

2024年4月 練習予定表

※基礎コースは開始時間～60分の実施です。

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3 ■代々木会場 16:00～18:00	4 ■板橋会場 16:00～18:00	5	6 ■練馬会場 14:00～16:00 ■代々木会場 17:30～19:30	7 ■板橋会場 9:30～11:30
8	9	10 ■代々木会場 16:00～18:00	11 ■板橋会場 16:00～18:00	12	13 ■練馬会場※ 14:00～16:00 ■代々木会場 17:30～19:30	14 ■板橋会場 9:30～11:30
15	16	17 ■代々木会場 16:00～18:00	18 ■板橋会場 16:00～18:00	19	20 ■練馬会場 14:00～16:00 ■代々木会場 17:30～19:30	21 ■板橋会場 9:30～11:30
22	23	24 ■代々木会場 16:00～18:00	25 ■板橋会場 16:00～18:00	26	27 ■練馬会場 14:00～16:00 ■代々木会場 17:30～19:30	28 ■板橋会場 9:30～11:30
29	30	5/1 ■代々木会場 16:00～18:00	2 ■板橋会場 16:00～18:00	3	4 ■練馬会場 14:00～16:00 ■代々木会場 17:30～19:30	5 ■板橋会場 9:30～11:30

会場名	競技場	備考
■ 代々木会場	代々木公園陸上競技場	スパイク利用可／フィールド種目の練習は助走のみ
■ 練馬会場	光が丘公園陸上競技場	ジャバ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
■ 板橋会場	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

【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】

日	曜日	競技会名	競技場
7	日	板橋春季記録会	新河岸陸上競技場
5/4-5	土・日	ジュニア陸上競技・チャレンジカップ	駒沢オリンピック公園陸上競技場

【ご連絡】

13日(土)は競技場が利用できない為、芝生広場での実施です。競技場入口もしくはけやき広場の待機場所へお集まりください。

・スパイクの使用は代々木公園陸上競技場のみ可能です。(平行ピンのみ／土用のピンは不可)※チーム推奨は4年生以上

・4月15日以降は代々木会場の実施場所が「代々木公園」に変更となります。

【補助練習会】(5・6年生の通常コースとして実施)

日	曜日	時間	競技場	競技場使用料
21	日	14:00～16:00	Uvance とどろきスタジアム(補助競技場)	100円
27	土	9:30～11:30	府中市民陸上競技場	100円