

ランナーズ春合宿（改）

○日時

令和2年3月2日(月) 9:00~13:00

○場所

東広島運動公園体育館

○参加者

28: 知久さん、はらけんさん 29: こうたさん、児島さん

30: 神谷、高田、渡辺、篠原、大島、牧野、かなっぺ、しずくちゃん、みずき、新森、
おまめ、ともえちゃん

01: ながたく、岡本、まるちゃん、まっきー、山田紘平、小柳君、かいとくん、
ひなたちゃん、ゆうちゃん、上岡君

○チーム

A

知久さん
はらけんさん
ともえちゃん
神谷
山田紘平
ゆうちゃん

B

こうたさん
高田
みずき
ながたく
岡本
ひなたちゃん

C

こじまさん
まきの
なべちゃん
新森
小柳君
まるちゃん
おまめ
しずくちゃん

D

篠原さん
かいとくん
まっきー
上岡君
かなっぺ
大島

○内容

- 8:50 東広島運動公園体育館前集合
- 9:00 入館後バスケットの準備兼準備運動など
- 9:15 バスケット (8分+1分+8分)×5 試合 試合のインターバル5分
- 11:15 尻尾取り 3分×3セット
- ~12:00 玉取りゲーム(時間を見て)
- 12:00 2人3脚リレー 2チームずつ1ペア2回の12往復

○持ち物

体育館シューズ、タオル、運動できる格好、お金(500円)

○注意事項

メッセージカードをまだ提出していない人は持ってきていただけると嬉しいです。
みんなで楽しみましょう！！