

8月活動予定表  
チーター  
△1

令和 4年 8月 6日  
オリンピックプラス

月	日	曜日	日 程			活動場所	時 間	備 考
8								8/3~7 全国高等学校総体(徳島)
	6	土	通常練習			修道大	14:30~16:30	
	7	日	通常練習			修道大	14:30~16:30	
								8/8、9中国中学陸上(鳥取布施)
	13	土	通常練習-お盆休み					
	14	日	通常練習-お盆休み					
								8/18~21 全国中学陸上(福島)
	20	土	通常練習			修道大	14:30~16:30	8/20、21中国五県対抗(岡山)
	21	日	通常練習			修道大	14:30~17:00	8/19~21 全国小学生陸上(横浜)
	27	土	通常練習-お休み					
	28	日	通常練習			修道大	14:30~17:00	

7/21~9/12まで夏場の練習時間を変更します。

9月の大会・記録会・その他の予定

10月の大会・記録会・その他の予定

10祝日 県小学生4種競技大会高学年 広島スタジアム

夏休み期間中、何か一つ目標をもってがんばってみよう!

体力アップには、朝夕にジョギングを行うこともいいと思います。