

※ 5月～10月の週末練習会は夏時間（15:30～）になります。

	試合・イベントetc	オンライン	中学生	高校・アスリート	ラン&ウォーク	バウンドテニス	
1 土	中学記録会（中2以上）	高校生ブロック	阿 休み	阿 15:30～		阿 14:30-16:30	1 土
2 日	静岡国際		阿 15:30～	阿 15:30～	阿 15:30-17:30		2 日
3 月							3 月
4 火			龍 18:00-20:30	龍 18:00-20:30			4 火
5 水	木南陸上		ナ 18:00-20:00	ナ 18:00-20:30			5 水
6 木			オ 19:00-20:00	オ 19:00-20:00			6 木
7 金							7 金
8 土		中学生ブロック	阿 15:30～	阿 15:30～		阿 14:30-16:30	8 土
9 日	東京オリンピックテストイベント		阿 15:30～	阿 15:30～	阿 15:30-17:30		9 日
10 月							10 月
11 火			龍 18:00-20:30	龍 18:00-20:30			11 火
12 水	県高校		オ 19:00-20:00	オ 19:00-20:00			12 水
13 木	県高校		龍 18:00-20:00	龍 18:00-20:30			13 木
14 金	県高校						14 金
15 土	県高校	東日本実業団陸上でコーチ陣不在のため各自練習になります					15 土
16 日	〃						16 日
17 月							17 月
18 火			龍 18:00-20:30	龍 18:00-20:30			18 火
19 水			オ 19:00-20:00	オ 19:00-20:00			19 水
20 木			龍 18:00-20:00	龍 18:00-20:30			20 木
21 金							21 金
22 土		栄養	阿 15:30～	阿 15:30～		阿 14:30-16:30	22 土
23 日			阿 15:30～	阿 15:30～	阿 15:30-17:30		23 日
24 月							24 月
25 火			龍 18:00-20:30	龍 18:00-20:30			25 火
26 水			オ 19:00-20:00	オ 19:00-20:00			26 水
27 木			龍 18:00-20:00	龍 18:00-20:30			27 木
28 金							28 金
29 土			阿 15:30～	阿 15:30～		阿 14:30-16:30	29 土
30 日			阿 15:30～	阿 15:30～	阿 15:30-17:30		30 日
31 月							31 月

練習参加時の留意事項(新型コロナウイルス対策)

- ・体調の悪い時は、参加を控えてください。
 - ・毎日熱を測り、健康チェックシートに記入してください。
 - ・マスク着用でご参加ください。
- 【持ち物】健康チェックシート レジャーシート 消毒液

アミアス緊急連絡

練習予定表の内容が変更になる場合がございます
出発前には必ず、アミアス緊急連絡をご確認ください。



お知らせ

<今月のオンライン研修会> 19:30～20:30前後

- ◇5月1日（土）高校生ブロックM・県南&県西大会の反省と次の目標について
- ◇5月8日（土）中学生ブロックM・県中学記録会についての反省と次の目標について
- ◇5月22日（土）栄養について

練習会場

練習会場	記号
阿見町総合運動公園 陸上競技場 (茨城県稲敷郡阿見町吉原52-3)	阿
龍ヶ崎市たつのこフィールド (茨城県龍ヶ崎市中里2丁目1-7)	龍
阿見町総合運動公園 野球場 (茨城県稲敷郡阿見町吉原52-3)	ナ
牛久運動公園多目的広場 駐車場は第2・3をご利用ください	牛
オンライン練習(zoom利用)	オ