

S J A C 10月予定表

1(日)	道央記録会 (千歳青葉)	16(月)	
2(月)		17(火)	つどーむ屋外 *ロビー集合
3(火)	屯田西グラウンド 16時~18時	18(水)	つどーむ
4(水)	屯田西グラウンド 16時~18時	19(木)	
5(木)		20(金)	つどーむ *振替可能日
6(金)	屯田西グラウンド 16時~18時	21(土)	
7(土)	川崎陸上競技大会 (厚別競技場)	22(日)	
8(日)	札幌市民大会・あいの里マラソン	23(月)	
9(月)		24(火)	つどーむ
10(火)	つどーむ外 16時~18時 雨天時お休み	25(水)	つどーむ
11(水)	つどーむ外 16時~18時 雨天時お休み	26(木)	
12(木)		27(金)	つどーむ
13(金)	つどーむ	28(土)	
14(土)		29(日)	
15(日)		30(月)	
		31(火)	つどーむ

☆通常練習時間 トレーニングコース(火・水)16時~18時 *振替可能日 選手コース(火・水・金)16時~18時30分

『お知らせ』

・ 3日(火)~11日(水) 選手コースの終了時間は**18時**になります

- ・ 10(火) 11日(水) 屋外広場にて練習 ロビー集合 *雨天時はお休みです
- ・ 17日(火) 16時~17時屋外広場にて練習 17時以降ランニングコースにて練習
- ・ 10日(火)よりつどーむに場所が変更になりますが、暖かい日は外でも行います

『今月の大会』

- ・ 1日(日) 道央記録会 千歳青葉陸上競技場
- ・ 7日(土) 川崎静一郎記念陸上競技大会 厚別陸上競技場
- ・ 8日(日) 札幌市民大会 円山陸上競技場
- ・ 8日(日) あいの里マラソン あいの里西公園

『月謝引き落としのお知らせ』

- ・ 10月27日(金)指定口座より、11月分の月謝が引き落としになります。前日までにご入金していただきますよう宜しくお願い致します(口座手続きがまだ終わっていないご家庭は、現金にてお願い致します)