

S J A C 7 月 予 定 表

1 (日)	札幌・道央中体連 (円山・青葉)	1 6 (月)	全道小学生陸上大会 (函館)
2 (月)		1 7 (火)	屯田西グラウンド通常練習時間
3 (火)	屯田西グラウンド通常練習時間	1 8 (水)	屯田西グラウンド通常練習時間
4 (水)	屯田西グラウンド通常練習時間	1 9 (木)	
5 (木)		2 0 (金)	円山陸上競技場 4 時 3 0 分～7 時
6 (金)	円山陸上競技場 4 時 3 0 分～7 時	2 1 (土)	
7 (土)		2 2 (日)	
8 (日)		2 3 (月)	
9 (月)		2 4 (火)	屯西グラウンド各コース 4 時～6 時
1 0 (火)	屯田西グラウンド通常練習時間	2 5 (水)	グラウンド 4 時～6 時 ・全道中学(函館)
1 1 (水)	屯田西グラウンド通常練習時間	2 6 (木)	・全道中学(函館)
1 2 (木)		2 7 (金)	選手コース練習お休み・全道中学(函館)
1 3 (金)	円山陸上競技場 4 時 3 0 分～7 時	2 8 (土)	
1 4 (土)		2 9 (日)	
1 5 (日)	全道小学生陸上大会 (函館)	3 0 (月)	
		3 1 (火)	つどーむ 4 時～6 時・札幌中学選手権

☆通常練習時間 ・トレーニングコース(火・水)16時～18時 ・選手コース(火・水・金)16時～18時30分 ・1年生コース(水)16時～17時30分

『お知らせ』

- ・1年生コース⇒4日・11日・18日・25日毎週水曜日4時～5時30分
- ・選手コース⇒1日・8日・11日(金)円山陸上競技場にて練習 4時30分～7時
- ・選手コース⇒指導者不在の為24日(火)・25日(水)4時～6時 ・27日(金)お休み
- *気温が高くなって来るとともに水分補給が必要になってきます。今までより多めに持ってくるようにしてください。また帽子・タオルの持参もお願いします。雨天時はつどーむに変更になる事があります。

『今月の大会』

- ・15日(土)・16日(日) 全道小学生陸上大会 (函館千代台陸上競技場)
- ・25日(水)～27日(日) 全道中学生中体連陸上大会 (函館千代台陸上競技場)
- ・31日(火)・8月1日(水) 札幌中学陸上選手権 (円山陸上競技場)

『会計より』

- ・7月27日(金)指定口座より、8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)