

つがる市ジュニア駅伝強化クラブ 練習日程

<11月>

練習日	練習時間	練習場所	備考
11/7 土	15:00 ～ 17:00	柏総合体育センター 屋内運動場 (外履き)	ストレッチ・体力強化 ほか
11/14 土	15:00 ～ 17:00	柏総合体育センター (うち履き)	ストレッチ・体力強化 ほか

<12月>

練習日	練習時間	練習場所	備考
12/5 土	15:00 ～ 17:00	柏総合体育センター (うち履き)	ストレッチ・体力強化 ほか
12/26 土	15:00 ～ 17:00	柏総合体育センター (うち履き)	ストレッチ・体力強化 ほか

※うち履き・外履きの両方を忘れずに持参してください。

※練習時間10分前には、練習場所へ集合してください。

※悪天候により、練習場所を変更する場合がございます。

つがる市ジュニア駅伝強化クラブ

【連絡先】 NPO法人つがる市スポーツ協会
(つがる市柏総合体育センター内)
TEL) 0173-25-3130
【緊急時】 TEL) 080-5746-8272
【担当】 藤田