

冬季練習 室内記録会で実力を知る

1 青森デスタンス 青森県総合運動公園陸上競技場 室内走路
1周540m

種目 小一1000 中女一1000
中、高、一般 3000

受付 8時30分 10時競技開始～

大会日 1回目 12月13日(土) 申し込み 2月3日迄
2回目 1月31日(土)
3回目 2月14日(土)
4回目 3月8日(日)

参加料 1200円 大会当日支払う

*定員・人数制限が有ります 小一60人 他150人
申し込みする人は、CRS事務局へ。

*新幹線 日帰り

2 苫小牧室内陸上 1月12日(月)

3 札幌室内陸上 3月15日(日)

札幌中体連は、中学駅伝対策として、長距離強化練習を数多く
企画しています。既に、闘いは始まっています。

冬季練習に向け一気力・体力を高めよう!

◎日本ランキングー中距離小学生 20傑以内は陸協表彰対象。

○6年男子

原田 岳 800m 2分18秒90 全国ランク11位
ジャベボール 55m99 全国ランク9位

(原田君は、中学入学時から CRS に加入し活動します)

石川鼓羽太 800m 2分20秒37 全国ランク18位

○4年女子

橘 凜 800m 2分34秒67 全国ランク1位