

2019年12月・2020年1月活動予定表

浜北AC

活動日

月	対象	日	曜	時間	場 所	備 考
12	全員	3	火	19:30	浜名高校	
	全員	5	木	19:30	浜名高校	
	希望	7	土	7:45	森林公園	浜北森林公園駅伝大会
	全員	10	火	19:30	浜名高校	
	全員	12	木	19:30	浜名高校	
	全員	17	火	19:30	浜名高校	
	全員	19	木	19:30	浜名高校	
	全員	24	火	19:30	浜名高校	
1	全員	7	火	19:30	浜名高校	
	全員	9	木	19:15	平 口	
	全員	14	火	19:30	浜名高校	
	全員	16	木	19:15	平 口	
	全員	21	火	19:30	浜名高校	
	全員	23	木	19:15	平 口	
	希望	26	日	8:00	細江	浜松市北区ふれあいマラソン大会(駅伝大会の部)
	全員	28	火	19:30	浜名高校	
	全員	30	木	19:15	平 口	

連絡事項

- ① 防寒対策をしましょう。ポケットに手を入れて歩いたり運動したりするのは危険ですので、手袋を着用しましょう。
- ② 名前が付いたビブスをしっかり着ましょう。
- ③ お菓子類の食べ過ぎには注意しましょう。
- ④ 練習会の予定(*上記以外の練習会については、メール等で案内します。)
- ⑤ 駅伝大会参加予定
 - 12/7(土) 浜北森林公園駅伝大 7:45 浜北森林公園スポーツ広場集合
 - 1/26(日) 浜松市北区ふれあいマラソン大会(駅伝の部)
 - 8:00 細江総合グラウンド集合
 - 2/2(日) 袋井市駅伝大会 6:50 小笠山運動公園(エコパ)集合