

ライバルに差をつけろ！

# 夏休み夕方練習会

／ こんな方におすすめ ／



もっと  
練習したい

新しい種目に  
挑戦したい

夕方、暇だ～  
何かしたい



## 【開催概要】

対象： 中学生

開催日程： 7月23日～8月31日の  
原則、火曜日、木曜日、金曜日  
16:00～18:00

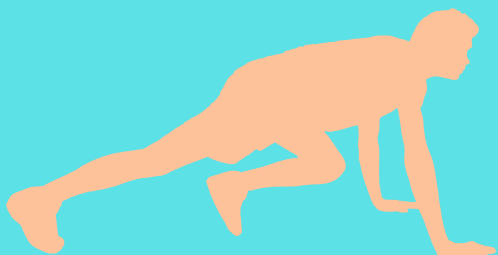
場所： 川口運動公園陸上競技場

参加費： 1,000円（保険料）\*初回参加時に受付でお預かりします。

申込方法： メール（[rikujo.tsuchiura@gmail.com](mailto:rikujo.tsuchiura@gmail.com)）で  
①氏名、②学年、③中学校名、④緊急連絡先  
をお知らせください。

練習方針： 16時に受付をして、各自トレーニング  
（原則、メニューの提供はしません）

その他： ラダー、ミニハードル、フレキシブルハードルを用意しています。  
小学生の練習会を同日16:30～18:00で実施しています



主催：土浦市スポーツ協会（陸上競技部）