

2025年度 中長距離ランナー育成講座 日程表

7月・8月は講座は休講となります。雨天等で中止の場合は別日(木曜日の同時間)に振替をいたします。日程が変更になることがあるのでご了承ください。
12月は希望者のみで日程を追加する予定です。別途ご案内いたします。
雨天での中止は当日15:00までに(公財)徳島市体育振興公社のHPにて連絡いたしますので、必ずご確認ください。

時間 16:45～18:15

1期	曜日	4月	5月	6月	振替日
10回	木	10 17 24	1 8 15 22 29	19 26	

2期	曜日	9月	10月	11月	振替日
10回	木	4 11 25	9 16 23 30	13 20 27	9/18

3期	曜日	1月	2月	3月	振替日
10回	木	8 15 22 29	5 19 26	5 12 19	

持ち物

靴(小学生の方は走りやすければどんなものでも構いません)
着替え(汗をかくので必ず持ってきてください)
水分補給できるもの

集合場所

ワークスタッフ陸上競技場 会議室
(荷物や着替えはおけますが貴重品の管理は各自でお願いいたします)

その他

ご不明な点は、とくぎんトモニアリーナ(654-5188) 担当 松本まで
(公財)徳島市体育振興公社HP→

