る ぶ げ る

平成27年度　アスレチックだより
9月号　第9号　9月　1日（火）
いなみ野アスレチック事務局
（URL：http://www.npo@inaminoathletic.

さぁー、2学期です。

長い長い夏休みも終わり、いよいよ2学期の始まりです。思い出に残る夏休みになりましたか？
夏休みの宿題はできましたか？学校では、2学期に沢山の行事が行なわれますが、一つ一つの
行事を思い出の残る行事にして下さい。まだまだ暑い今年の夏ですが、暑さに負けないように
頑張りましょう。

運動会に向けて

天満東・天満南は運動会があります。運動会の練習が2学期始まってすぐにあると思います。
ほぼ毎日ある練習で体力的にしんどいと感じるかもしれません。しかし、この夏休みに「ｱｽﾚ」で
しっかり練習をした子供達は大丈夫！体力が向上して運動会ではﾋｰﾛｰになることでしょう。
とにかく怪我をしないように頑張りましょう！！

9月13日（日）は稲美町陸上大会です！（サン・スポーツランドいなみ）

練習の成果を試すチャンス！！13日（日）は午前9時からサン・スポーツランド陸上競技場で開催します
最高のパフォーマンスを期待しているので頑張りましょう！！
『自己記録を目指して！』頑張りましょう。
要項や注意事項を良く読んで当日は集合時間に遅れないように注意して下さい。

10月18日兵庫県小学生陸上競技選手権大会ですよ！！

10月18日（日）に兵庫県小学生陸上競技大会がユニバー記念競技場で行われます。
大きな大会の一つです。参加メンバーは指導部で決定し個別に連絡するので、選ばれ
選手は大会に向けての練習をしっかりと行いましょう！！
厳しい夏の暑さでﾊﾞﾃてはいませんか？この夏はしっかりと練習が出来ましたか？
『夏を制した者は秋を制する』と言われるぐらい夏場の練習は大切です。
『ｺﾂｯｺﾂと地道』に頑張りましょう！！

11月8日秋季記録会・全国クロカン兵庫県予選！！（加古川陸上競技場）

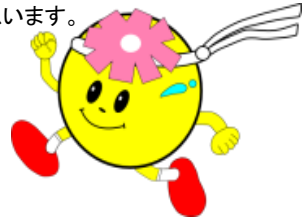
みんな、力を合わせ先輩方のつくりあげた記録に挑戦をしてください。
クロカン代表選手ガンバレ！！　　みんなが楽しんでほしいと思います。

『DO YOUR BEST』（ベストをつくせ）

習慣化力

誰も悪い習慣をなくして、良い習慣を身につけたいと思っていると思います。
ｱﾒﾘｶの心理学者ｳｲﾘｱﾑ・ｼﾞｪｰﾑｽの言葉で良い言葉があります。

『意識が変われば　行動が変わる
行動が変われば　習慣が変わる
習慣が変われば　人格が変わる
人格が変われば　運命が変わる』



悪い習慣を改める解決の糸口にして下さい。

9月の練習・試合日程

（競技部　土・日曜日練習　C）
・9:00～ 10:30基本練習　B
・10:30～12:00専門練習　C

月	火	水	木	金	土	日
31	1	2 ｻﾝｽﾎﾟ D	3 中央公園 Aコート E	4 天満小 A	5 休み	6 ｻﾝｽﾎﾟ 総体開会 陸協 B・C
7	8 天満小 A	9 ｻﾝｽﾎﾟ D	10 中央公園 Aコート E	11 天満小 A	12 ｻﾝｽﾎﾟ B・C	13 ｻﾝｽﾎﾟ 稲美町 陸上大会 B・C
14	15 天満小 A	16 ｻﾝｽﾎﾟ D	17 中央公園 Aコート E	18 天満小 A	19 ｻﾝｽﾎﾟ 陸協 B・C	20 風の丘 B・C
21	22 陸協 赤穂郡小学生 交流大会（太子） A	23	24 中央公園 Aコート E	25 天満小 A	26 風の丘 B・C	27 定例役員会 風の丘 B・C
28	29 天満小 A	30 ｻﾝｽﾎﾟ D	1 中央公園 Aコート E	2 天満小 A	3 ｻﾝｽﾎﾟ B・C	4 加古大池 駅伝教室 B・C

※雨天練習中止
※練習時間・日程変更の場合は連絡します

注）土・日曜日の練習時間が変わります

A→　7:10～　7:50　　B→　9:00～10:30　　C→9:00～12:00
D→16:00～17:00　　E→17:30～19:00

平日　木　（一般・陸上教室）

『るぶげる』を読み終えたら

見ました