

第7回板橋AC大運動会実施要項

趣旨 選手、父兄・コーチとの親睦を深める事を目的とする。
「走る・跳ぶ・投げる」プラス「回る・引張る・etc」の楽しさも味わう！

日時 平成30年11月24日(土)

集合時刻 8:30(9:30から競技開始)
※怪我予防の為、ウォーミングアップは全員で行う。(親も)

会場 新河岸陸上競技場

チーム編成 2チーム編成での対抗戦

サル(山口コーチ)チーム VS タヌキ(原田コーチ)チーム

※チーム編成はコーチが決定する(出来るだけ均等にA/B2チームに分ける)
※「サル」と「タヌキ」の決定は、当日、山口・原田のジャンケンで勝った方がAチーム。

【プログラム】

	競技種目	調達品	備考
9時30分	1 低学年(4年生以下)60m走		?レース(各チーム?名ずつ計?名)
↓	2 J☆B☆C	ジャベリックボール・コーン	20mの間隔・コーンでジャベリックボールをキャッチ
↓	3 ボール送り	サッカーボール4個	全員参加
↓	4 引くよ!引く!引く!	塩ビ管 7本	全員参加
↓	5 ちょっと一杯いかが?	一升瓶・バケツ・湯のみ	全員参加
11時45分	6 台風の目	塩ビ管 2本	各チーム 親20名 子20名(未就学児OK)
《お弁当タイム》※4人5脚の練習			
12時45分	7 4人5脚リレー	たすき	大人2人と子供2人で1組
↓	8 親子対抗 タイムトライアル		50m競争 希望者全員
14時00分	9 マシュマロを探せ!競争	マシュマロ・ハット・小麦粉	全員参加

☆どの種目に出場するかはキャプテンを中心にしてチーム内で相談して決める(全員出来るだけ均等に)

練習等日程

2018年11月15日現在

変更となる場合がありますので練習の都度確認してください。あわせて掲示板の確認も行うようお願いいたします。

開始時刻は練習開始時刻です。

集合時刻ではありませんので余裕をもって来てください。

月	日	会場	開始時刻～終了時刻
2018年			
11月	10日(土)	新河岸	13時30分～16時
	24日(土)	新河岸	8時30分～14時(運動会)
12月	8日(土)	新河岸	13時30分～16時
	22日(土)	新河岸	13時30分～16時
2019年			
1月	12日(土)	新河岸	10時～13時30分(もちつき)
	26日(土)	新河岸	13時30分～16時
2月	9日(土)	新河岸	13時30分～16時
	23日(土)	新河岸	13時30分～16時
3月	9日(土)	新河岸	14時～17時
	23日(土)	新河岸	14時～17時(お別れ会)

終了時刻は練習内容や天候等により早まる場合があります。終了時刻にあわせて迎えに来られる方は子供さんと必ず連絡がとれるようにしてください。