

2022年 4月 活動予定表 <横須賀陸上リトルスクール/ジュニアスクール>

ホームページ: <http://yrls.jp/>

22年度より、6月以降の月間予定表の書面配布は中止します。ホームページをご覧ください。

	ジュニア(3・4年)	リトル(5・6年)
集合・退場時の混雑防止のため、リトルの開始時間を20分早くします。		
集合(9:30~9:40)⇒練習(9:50~11:50)⇒退場(11:50~12:00)		集合(9:10~9:20)⇒練習(9:30~11:30)⇒退場(11:30~11:40)
2日 (土)		入校受付 横須賀アリーナ 3階 体育室 9:30~ 入校式はありません。
9日 (土)		校長あいさつ 活動の説明、諸注意、事務連絡 第1回 記録会-1 (2回に分けて実施します) ・100m(全員)・ジャベボール投げ(全員) ・走幅跳(全員):実測=踏切った位置からの距離を計測します ・800m(希望者) <u>&lt;ナンバーカードに4桁の個人番号を記入します&gt;</u>
16日 (土)		第1回 記録会-2 (2回に分けて実施します) ・80mハードル(全員)・ペース走⇒800m計測(全員) ・走高跳(6年生:男子昨年105m以上<25名>/女子昨年100m以上<22名>) ・4/9欠席者:走幅跳⇒100m⇒ジャベリックボール⇒80mハードル⇒800m 5/29(日)の横須賀市選手権大会の申込書を配布します。出場希望者は5/7(土)までに提出してください。種目は、5~6年:100mです。4×100mリレー出場希望者はご相談ください。
23日 (土)	入校受付 横須賀アリーナ 3階 体育室 9:30~ 入校式はありません。 5/29(日)の横須賀市選手権大会の申込書を配布します。出場希望者は5/7(土)までに提出してください。種目は、3年:50m、4年:80mです。	記録会の結果によるグループ別編成実施開始 A:ハードル走、B:走り高跳び、C:走り幅跳び D:短距離走、E:基礎練習 <4/9・16の記録会欠席者対象に100mの追加計測を行います>
30日 (土)	校長あいさつ 活動の説明、諸注意、事務連絡 正しい歩き方 ・良い姿勢でまっすぐ歩く 準備運動 ・体を温める・筋を伸ばす スキップ ・大きくのびのびとうごころ 集団ゲーム ・すばやく、きびきびと ・ともだちの名前も覚えよう	グループ別編成 A:走り高跳び、B:ハードル走、 C:基礎練習、D:走り幅跳び、E:短距離走
連絡先メールアドレス: PC用 <a href="mailto:staff-1@yrls.jp">staff-1@yrls.jp</a> お急ぎの方は携帯用 <a href="mailto:staff-2@yrls.jp">staff-2@yrls.jp</a>		

5月の活動予定:7日(土)|14日(土)|22(日):5/21の中学記録会の予備日になっていますので、記録会が順延された場合は中止です。|28(土)休み|29(日)市選手権大会  
練習参加中に体調不良が発生した場合、緊急連絡先の携帯電話に連絡する場合がありますので、対応をお願いします。

(受信拒否される場合、保護者との連絡ができません。)

**感染防止のため、帽子の貸し出しは中止します。必ず帽子を持参してください。忘れた場合は練習に参加できない場合があります。**

**新型コロナ感染予防および熱中症予防のため、下記にご留意ください**

練習日当日は、自宅で検温を行い、37.0℃以上の発熱、咳などの体調不良の症状がある場合は、参加をご遠慮ください。  
入場時に検温と手洗いまたは手指消毒を行います。37.0℃以上の方は、練習に参加できません。  
マスク着用の上、ご参加ください。練習時はマスクを外します。(マスクには名前を記入し、必ず予備をお持ちください。)

・雨の日は中止です。スクールからの連絡はありませんので、各自で判断してください。

・練習中に気分が悪くなった人は、がまんしないで早めにスタッフに申し出てください。

・忘れ物が増えています。持ち物に名前を書きましょう。

・スクールのホームページをごらんください。「スクール生のページ」を見る場合に必要なパスワードは、スタッフに問い合わせてください。