

	リクジョウキョウギ ショウジョウカイジョウ 陸上競技 (十条会場)		リクジョウキョウギ タマ カイジョウ 陸上競技 (多摩会場)		
	日にち	時間	日にち	時間	場所
1	1/29(日)	13:00~15:00	3/17(土)	9:30~11:30	東大和南公園運動広場
2	2/5(日)	10:00~12:00	3/24(土)		
3	2/12(日)		3/31(土)		
4	2/26(日)		4/7(土)		
5	3/4(日)		4/14(土)		
6	3/18(日) 予定	未定	4/21(土)		
7	3/25(日) 予定		4/28(土)		
8	4/1(日) 予定				
9	4/8(日) 予定				
10	4/15(日) 予定				
11					
12					
会場	東京都障害者総合スポーツセンター		東大和南公園運動広場、府中市民陸上競技場 「郷土の森」いこいの森公園		
主任 コーチ	宮崎		主任コーチ:安田 副主任コーチ:小林		
マネージャー	宮崎		斉藤		
募集 定員	下記参照		30名		
参加費	無料		競技場入場料(付添いの方も)100円、府中市民 50円 (府中市民陸上競技場のみ)		
交通	<ul style="list-style-type: none"> ・東京都障害者総合スポーツセンター (北区十条台1-2-2) JR埼京線「十条」徒歩約10分 JR山手線「池袋」および JR埼京線「王子」より無料バス有 (時間等はセンターに確認) 		<ul style="list-style-type: none"> ・東大和南公園運動広場(東大和市桜が丘二・三丁目) 西武拝島線・多摩都市モノレール「玉川上水」徒歩5~10分 JR「立川」から立川バス村山団地行き「玉川上水」徒歩8~10分 西武バス 南街行き「南街」徒歩5分 ・府中市民陸上競技場(府中市寿町2-20) 京王線「府中」徒歩15分 JR武蔵野線「北府中」徒歩5分 ・「郷土の森」いこいの森公園(府中市是政6-27) JR武蔵野線・南武線「府中本町」 京王線・南武線「分倍河原」 西武多摩線「是政」それぞれ徒歩20分 バス:「府中」「府中本町」「分倍河原」より 健康センター行「郷土の森」下車 		
出欠 連絡	月~金(10:00~17:00): SONT事務局 03-3615-5569		月~金(10:00~17:00): SONT事務局 03-3615-5569 上記以外の時間帯:安田		
服装 他	運動しやすい服装、靴は紐のもの (マジックテープ不可)		ランニングシューズと 季節に合った運動しやすい服装		
備考	<ul style="list-style-type: none"> * 予定回数のうち、半数以上に参加を見込めるアスリートのみ参加を受け付けます。 * 新規アスリートは5名まで。希望者が5名を超えた場合は抽選になります。抽選後、当落に関わらずお知らせします。 * 申込み期限厳守。期限後の申込みは受け付けません。 		<ul style="list-style-type: none"> * 更衣室ロッカー使用料10円(府中市民陸上競技場のみ)その他の会場はロッカー、更衣室はありません。 * 会場は当日、朝7時まで掲示板上で周知します。 http://www2.ezbs.net/32/son_tamafa * 郷土の森で実施する場合は「跳び縄」をお持ち下さい。 		