



管理人が [twitter](#) を始めました！

このページ何？

管理者は2009年4月から2015年年3月末までの6年間、ある中学校の陸上競技部の指導をしておりました。転勤で陸上競技部の指導から離れてしまいましたが、6年間で沢山のノウハウを蓄積したつもりです。これまでの経験を生かして陸上競技の情報をまとめ、小中学生の選手に発信したいと思っています。役立つかわかりませんが利用してみてください。

練習情報（7/15）

7月の練習は配布した練習表でも確認してください。

- ・カレンダーをクリックし当日の予定を確認するか、[練習予定一覧表](#)をご覧ください。