

ROBLE

新年
あけまして

1000m

チャレンジ

記録会



kids・Jr.チャレンジの部

一般の部

「走り方」を身に付け、「走る楽しさ」を味わおう！

そして、自分の目標に**チャレンジ**しよう！

概要

- 日時 令和4年1月30日(日)
10:00~12:00(雨天中止)
- 場所 大垣北公園陸上競技場
- 参加費 ロブレ会員 ¥1,000
(非会員 ¥1,500)
※参加費は当日お支払いください
- 持ち物 ランニングシューズ、運動着、水分
タオル、着替え、防寒具 等

申込方法

- ロブレ会員の方
コーチへLINEにてご連絡ください
- 非会員の方
shiomi@roble.or.jp
までご連絡ください
ホームページQRコード↓
- 〆切：1月28日(金)



タイムスケジュール

- 10:00 受付(参加チェック、検温等)
- 10:15 ウォーミングアップ
- ~10:40 「走り方」動き作り練習
・様々なバランスで体を動かします
- ~11:15 「走り方」動き作り練習
・リズム良く動く練習をします
- 11:20 1000mタイムトライアル
一般の部(手動計測)
- 11:35 kids・Jr.の部(手動計測)
- 12:00 クールダウン・解散

スタッフ紹介

塩見 建也 しおみ たつや

専門：1500m/5000m
全国高校駅伝 出場
中部実業団選手権 入賞
大垣市選手権 優勝



中長距離コーチ
&現役ランナーの塩見が
ペースメイクをします！

一般社団法人
ロブレスポーツジャパン
代表理事 柏 康夫

