

10/10 KRC陸上記録会 タイムテーブル

	5・6年	3・4年	年長・1・2年	
9:00	ウォームアップ (基本練習)			9:00
9:30	ドリル	100m (1～6レーン)	50m (2回) ※バックストレート	9:30
10:00		800m	ボール投げ (試技2回)	10:00
10:30			500m	10:30
11:00		3年ボール投げ 4年 走幅跳 (ゴール側ピット) (試技2回)	立幅跳 (ゴール側) (試技2回)	11:00
11:30		3年 走幅跳 (ゴール側ピット) 4年ボール投げ (試技2回)		11:30
	ダウン、かたづけ			
12:00				12:00