

録11回記録会大成功!



たくさんの参加ありがとうございました!

TAC 通信

第 26 号



発行日 3 月

但馬からオリンピック選手を!!!

特集

3/19 第 11 回 TAC 記録会大成功!

3/19 第 11 回 TAC 記録会☆



3月19日(日)に豊岡総合スポーツセンターで第11回TAC記録会を開催!第11回となった今回は125名がエントリーし、過去最多の出場者数となりました!!!

この日は、気温は高いものの、終始強い向かい風が吹く難しいコンディション…。そんな厳しいコンディションの中でも多数が自己ベスト更新!たくさんの大会記録も生まれました☆前回は雨の中の記録会だっただけに、晴天の下で無事記録会を終えることができ何よりです*

今回もたくさんの参加ありがとうございました!次回は8月開催を予定しています。次回もたくさんの参加をお待ちしています♪

目指せ!大会新記録!!!

メールアドレスの登録について※重要

但馬ACでは、教室変更などの連絡をメールで行っております。現在メールの受信ができていない方は、但馬ACからのメールがスパムメールとして認識されてブロックされている可能性があります。Gmail やヤフーメールなどのフリーメールを利用するなどして再登録を行ってください。

4/3・4 春休み短期教室開催!

新学期をスタートダッシュ!受付開始!

春休み短期教室!

①4月3日(月)	9:30~11:00	つるぎが丘公園	●加料
②4月4日(火)	9:30~11:00	出石総合スポーツセンター	1,000円
③4月4日(火)	14:30~16:00	朝来グラウンド	

TAC Tel 090-9888-1082
Email tajimaac@gmail.com

今年も春休み短期教室の時期が来ました!会員の方の参加も大歓迎です☆

- 4/3 (月) 9:30~11:00 八鹿会場
- 4/4 (火) 9:30~11:00 出石会場
- 4/4 (火) 14:30~16:00 朝来会場

今後の教室について

すでにほぼすべての教室が屋外へと移行しましたが、4月以降は晴れの際は屋外での練習が基本となります。雨天の際はホームページ、メールで変更の連絡をいたしますので必ずご確認ください。

4月に入り、大会引率が増えることから土曜日の豊岡教室の皆様には度重なる変更によりご迷惑をおかけすることと思いますが、何卒ご理解いただけますようお願い申し上げます。

すでに4月の練習予定をホームページに掲載しております。場所や日時の変更をご確認ください。平成29年度もよろしくお願いいたします。

4・5月大会情報

- 4/8・9 兵庫春季記録会
- 4/15 鳥取土曜記録会
- 4/22・23 兵庫ルーカカーニバル
- 4/29 豊岡オリンピック
- 4/29・30 姫路市記録会
- 5/3 郡市区対抗陸上

3/12 奈良少年少女陸上競技大会で男子小学生リレー但馬AC記録更新!!



3/12に鴻池陸上競技場で行われた奈良少年少女陸上競技大会に男子リレーチームが但馬AC小学生記録更新を狙って出場!谷口翔太くん、植松瑞希くん、廣瀬創大くん、佐藤和歩くんの6年生4人で組んだオーダーで予選において54"99を記録し、見事但馬AC記録を更新!県外チームによって行われる決勝にも進出し、8位入賞しました!個人種目でも植松瑞希くんが100mで自己ベストを更新し、廣瀬創大くんも1500mでセカンド記録を記録するなど好成績を収めました☆

4/4 (火) ボディメイククラス開講!

筋トレでさらなる高みへ! 会員限定!

ボディメイククラス

毎週火曜日19:30~21:00 対象:中学生以上 料金:500円/回
コーチ:藤岡 悠 (日本陸連公認ジュニアコーチ)

4/4から毎週火曜日に藤岡コーチが講師を務めるボディメイククラスがスタートします!教室の趣旨はシンプルに筋力アップ!走るための筋肉はもちろんのこと、あらゆる筋肉を鍛えます!!中学生以上を対象としたクラスですが、本格的な筋力トレーニングをしたいけど知識や道具がないという選手には大チャンス!まずはチャレンジ!!