４月の練習計画表

2026.3.11

※佐伯区運動公園グラウンド（佐伯区五日市町大字保井田）

※中体連登録者(中体連の大会に学校からではなくCHASKI Steiiaから出場する者

４月			教室	園児			小学生			中学生(CHASKI Stella)			ドリームチャレンジボウリング			４月	
1	水		水曜西教室				17:00~18:30	広スタサブ		17:00~19:00	広スタサブ		17:30~18:30	ボウリング	ミスズボウル	水	4
2	木		木曜陸上教室				16:30~18:30	広スタサブ	木曜陸上所属者のみ	16:30~18:30	広スタサブ					木	5
3	金		金曜廿日市教室				17:00~18:45	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ・峰高多目的								金	6
4	土	ﾀﾞｲﾅｰﾁｬﾚﾝｼﾞ長距離(東広島)	土曜教室	9:00~10:30	西部第五公園		9:00~11:00	西部第五公園		9:00~11:00	西部第五公園	中体連登録者は無し				土	7
5	日		日曜教室	8:30~10:00	広スタサブ		8:30~10:30	広スタサブ		8:30~10:30	広スタサブ					日	8
6	月		月曜廿日市教室	15:40~16:50	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ		17:00~18:45	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ・峰高多目的	50m走タイム測定							月	9
7	火		火曜安佐南教室				17:30~19:00	広島広域公園メイン	50m走タイム測定	17:30~19:00	広島広域公園メイン					火	10
8	水		水曜西教室				17:00~18:30	広スタサブ	50m走タイム測定	17:00~19:00	広スタサブ		17:30~18:30	ボウリング	ミスズボウル	水	11
9	木		木曜陸上教室				16:30~18:30	広スタ雨天走路	木曜陸上所属者のみ	16:30~18:30	広スタサブ					木	12
10	金		金曜廿日市教室				17:05~18:45	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ・峰高多目的	50m走タイム測定							金	13
11	土		土曜教室	9:00~10:30	西部第五公園		9:00~10:50	西部第五公園		9:00~10:50	西部第五公園	中体連登録者は無し				土	14
12	日		日曜教室	8:30~10:30	広スタサブ	記録会	8:30~11:00	広スタサブ	記録会	8:30~10:30	広スタサブ					日	15
13	月		月曜廿日市教室	15:40~16:50	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ		17:00~18:45	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ・峰高多目的								月	16
14	火		火曜安佐南教室				17:30~19:00	広島広域公園メイン		17:30~19:00	広島広域公園メイン					火	17
15	水		水曜西教室				17:00~18:30	広スタサブ		17:00~19:00	広スタサブ		17:30~18:30	ボウリング	ミスズボウル	水	18
16	木		木曜陸上教室				16:30~18:30	広スタサブ	木曜陸上所属者のみ	16:30~18:30	広スタサブ					木	19
17	金		金曜廿日市教室				17:00~18:45	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ・峰高多目的								金	20
18	土	国スポ強化記録会(中3～)広域	土曜教室	8:30~10:00	広スタサブ		8:30~10:30	広スタサブ		8:30~10:30	広スタサブ	中体連登録者は無し				土	21
19	日	〃　　県小中学生記録会(みよし)	日曜教室	8:30~10:00	広スタサブ		8:30~10:30	広スタサブ		8:30~10:30	広スタサブ					日	22
20	月		月曜廿日市教室	15:40~16:50	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ		17:00~18:45	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ・峰高多目的	50m走タイム測定							月	23
21	火		火曜安佐南教室				17:30~19:00	広島広域公園メイン	50m走タイム測定	17:30~19:00	広島広域公園メイン					火	24
22	水		水曜西教室				17:00~18:30	広スタサブ	50m走タイム測定	17:00~19:00	広スタサブ		17:30~18:30	ボウリング	ミスズボウル	水	25
23	木		木曜陸上教室				16:30~18:30	広スタサブ	木曜陸上所属者のみ	16:30~18:30	広スタサブ					木	26
24	金		金曜廿日市教室				17:00~18:45	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ・峰高多目的	50m走タイム測定							金	27
25	土		土曜教室	9:00~10:30	県スポーツ会館大体育室	予定	9:00~10:50	県スポーツ会館大体育室	予定	練習無し						土	28
26	日		日曜教室	15:30~17:00	広スタサブ		15:30~17:30	広スタサブ		15:30~17:30	広スタサブ					日	29
27	月		月曜廿日市教室	15:40~16:50	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ		17:00~18:45	ｻﾝﾁｪﾘｰｻﾌﾞ・峰高多目的								月	30
28	火		火曜安佐南教室				織田記念陸上準備のため会場が確保できず練習無し									火	31
29	水	昭和の日　　織田記念陸上(広島広域)	水曜西教室				17:00~18:30	広スタサブ	50m走タイム測定	17:00~19:00	広スタサブ		17:30~18:30	ボウリング	ミスズボウル	水	25
30	木		木曜陸上教室				16:30~18:30	広スタサブ	木曜陸上所属者のみ	16:30~18:30	広スタサブ					木	26

練習参加におけるお願い

＜１＞体温チェックについて

練習参加前に必ず自分で体温を測定し、通常の体温よりプラス0.5度以上高い時や、体温が平熱でも、だるさや咳・鼻汁・のどの違和感・頭痛など、いつもとちょっと違うなと本人が感じるときは練習に参加しないでください。

＜２＞出席確認について

「名前」・「学年」・「練習に来る前の体温」の３点をメモしたカードの持参は必要ありません。練習参加前の体温の報告も必要ありません。子ども達に出席簿〇付けをお願いします。

＜３＞マスクの着用について

マスクの着用について

①屋外・屋内と問わず、子ども達も大人もマスクの着用は求めません。各自ご判断ください。スタッフも同様といたします。

②今後の感染状況に感染者数の顕著な増加などの変化がある場合は、その都度、変更させていただきます。

＜４＞感染症予防対策について

練習終了後にお願いしていた手洗いなどですが、特に指示いたしません。各参加者でご判断ください。ご帰宅後の手洗いとうがいなど感染予防対策は推奨いたします。

＜５＞マイボトルについて

飲料水ボトルは自分のものを必ず持参させてください。また、兄弟姉妹であれボトルの共有はさせないでください。

＜６＞練習用具の貸し出しについて

「縄跳び」は必ず自分のものを持参させてください。よろしくお願いいたします。

＜７＞練習指導について

子ども達と子ども達との関わりについては、スタッフと子ども達の関わりについても、ほぼ通常どおりに行います。

＜８＞ドリームチャレンジボウリングコースについて＞

チャスキドリームチャレンジプロジェクト「ボウリングコース」に参加の子ども達は、日曜日午後のボウリングと小学生はチャレンジコースかチェンジコース、中学生の希望者はチェンジコースか中学陸上での練習が可能です。