

朝ランニング 始めます！



2023. 10. 2 御成門小学校

朝 7 時 55 分から 8 時 05 分までの 10 分間

自分のペースで走ります。

毎日続けることで、

走る力を UP！ やる気を UP！ がんばる力を UP！

朝ランで
心も体もシャキッ！！



【試行期間（おためし期間）】 10 月 3 日（月）～13 日（金）

10 月 3 日（火）～6 日（金）、10 日（火）～13 日（金）の 8 日間を
試行期間とします。

実際に参加して「安全に登校できそうか？」

「続けられそうか？」を考えてください。

7 時 50 分に動きやすい服装でボルダリング前に集合します。

体育着でなくていいです。荷物は 2 階ホールに置きます。

雨の日は体育館で行います。荷物は体育館前に置きます。

まずは
やってみよう！



【本格実施】 10 月 16 日（月）～12 月 25 日（月）

10 月 16 日（月）から本格的に活動を開始します。7 時 50 分集合です。

原則、毎日実施。雨天時は体育館で行います。

希望する人は「参加申込書」を担任の先生に提出してください。

続けることが
大切だね

参加申込書は担任の
先生からもらってね

