

7月予定表（2017年）

日	曜	マラソン完走応援プロジェクトの関係	その他（岡崎の動き等）
1	土		▲主催事業（岡崎）宿直
2	日		▼
3	月		
4	火	練習会（宇部空港芝生広場）19:00～	
5	水	練習会（下関陸上競技場前）19:00～	
6	木	練習会（山口維新公園）19:00～	
7	金		
8	土	OP練習会 門司港レトロの街ピクニックラン	福岡ロゲイニング大会サポート（岡崎）
9	日		
10	月		
11	火	練習会（宇部空港芝生広場）19:00～	
12	水	練習会（下関陸上競技場前）19:00～	
13	木	練習会（山口維新公園）19:00～	
14	金		岡崎宿直
15	土	吉田夫妻結婚式	▲スポ小合宿サポート（岡崎）
16	日		▼
17	月		
18	火	練習会（宇部空港芝生広場）19:00～	
19	水	練習会（下関陸上競技場前）19:00～	
20	木	練習会（山口維新公園）19:00～	周南24時間リレーマラソン実行委員会（岡崎）
21	金		
22	土		
23	日	ランネット親睦会（仙崎花火大会）	
24	月		
25	火	練習会（宇部空港芝生広場）19:00～	
26	水	練習会（下関陸上競技場前）19:00～	
27	木	練習会（山口維新公園）19:00～	
28	金		
29	土	▲秋吉台トレラン合宿	
30	日	▼	
31	月		

- OP練習会 門司港レトロの街ピクニックラン 7月8日（土） 8:00 集合 長府マックパブリック駐車場
- ランネット親睦会 7月23日（日）16:00 長門市仙崎の佐崎別荘に集合してバーベキューと花火大会を見学
希望者は宿泊可能（ただし雑魚寝、タオルケットと枕持参）食材の準備が必要なので参加希望者は7月14日（金）までに岡崎へメールしてください。なお、参加費等の詳細は近日中にホームページに掲載予定です。
- 秋吉台トレラン合宿 7月29日（土）11:00～30日（日）14:00まで
講師は嶋原清子さん（周防大島町出身、世界陸上大阪大会女子マラソン6位、市民ランナーの指導も抜群！）一度出会ったら皆さんファンになってしまいます。人間的にも素晴らしい女性です！（岡崎）二児の母
- OP練習会 下関海響マラソン試走会 8月5日（土） 8:00 スタート 集合場所～東大和町ダイキ駐車場
- 十種ヶ峰登山マラソン 8月27日（日） ※大会へのエントリーは7月21日まで
秋のマラソンシーズンへ向けて非常に有効なトレーニングとなります。岡崎も10キロハエントリーします。ゴール地点である山頂からの眺めは最高！ 下山後のソーメンと冷たいトマトが疲れた身体を癒してくれます！
また、今回もメイン会場のそばにある十種ヶ峰青少年自然の家に前泊出来るよう段取りをしました。夜にはミニ懇親会も・・・
宿泊に必要な経費は3500円（施設使用料、シーツ代、夕食、朝食、懇親会経費等）8月1日までに岡崎へメールで申し込む！

※夜の練習会にはライトを持参してください！ 自分の足元は、自分で照らしましょう！

※メンバーの皆さんは時々ホームページをご覧ください。練習会やイベントの日程や内容変更が掲載されることがあります。
「山ロランニングネットワーク」で検索してください。

問い合わせ先（岡崎芳彦）
〒753-0816 山口市吉敷佐畑3-13-35
TEL 090-3171-6517
携帯メール okachan-09031716517@docomo.ne.jp
PCメール okazaki.yoshihiko@amber.plala.or.jp