

2019 草加走ろう会 年間スケジュール表

		2019年5月	6月	7月	8月	9月	10月
第1週	土 4	◇大麻マソン 1	6	3	草加花火	5	
	日 5	月例会 (草加公園) 2	月例会(松原) ◇奥武蔵ウルトラM 7	月例会 (草加公園) 4	月例会 (草加公園) 岩井24Hリレー 1	月例会(松原) 6	5時間走 (レイクタウン)
	6						
第2週	土 11	8	13	10	7	合宿(菅平) 12	
	日 12	◇鹿沼さつきM 9		◇小布施みにM 11		合宿(菅平) 13	
			15	12			14
第3週	土 18	15	20	17	14	19	
	日 19	記録会 (草加公園) 16	記録会 (草加公園) 21	特別記録会 (草加公園) ハーフ・キュー ◇葛西7時間走 18	記録会 (草加公園) 15	記録会 (県民福祉村) 20	記録会 (草加公園)
					16	22	
第4週	土 25	22	◇応急措置 講習会 27	24	21	26	
	日 26	23	28	25	◇北海道マソン 22	◇草加市陸上 選手権 27	手賀沼ハーフM 水戸黄門M
					23		
第5週	土	29		31	28		
	日	30			29		

		11月	12月	2020年1月	2月	3月	4月
第1週	土 2			1 越谷元旦M 1			4
	日 3	月例会 (草加公園) 1	月例会(松原) ◇大阪マソン 4	月例会 (初詣ラン) 2	月例会 (草加公園) 三郷マソン 別府大分M 1	月例会 (松原) ◇東京マソン 8	月例会 (草加公園) 幸手さくらM 5
	4	1	川口マソン 5				
第2週	土 9	7	11	8	7	11	
	日 10	◇いわい将門M ◇草加市駅伝 8	◇さいたま国際M 12	ハイクーフーフM 9		松原太鼓橋M 古河はなももM 名古屋ウイメンズ 12	
			13	11			
第3週	土 16	14	18	15	14	18	
	日 17	記録会 (草加公園) 15	特別記録会 (草加公園) & 忘年会 19	記録会 (草加公園) 16	記録会 (草加公園) 青梅マソン ◇京都マソン 15	記録会 (県民福祉村) 視覚障害者M (立川) 19	特別記録会 (草加公園) & 年次総会
					20	19	霞ヶ浦マソン
第4週	土 23	大田原マソン 21	25	22	21	25	
	日 24	つくばマソン 22	浅草マラニック 足立フレンドリーM 26	新年会 八潮駅伝 勝田マソン 23	22	佐倉マソン 26	
						29	
第5週	土 30	28		29	28		
	日	29			29	吉川なまずM	

◇印のついた大会の開催日は確定しています。
月例会・記録会の開始時刻は原則として、5月～10月は午前7時、11月～4月は午前8時になります。