

# 龍北月例チャレンジ

## チャレンジジャー大募集!!

### 龍北月例チャレンジとは・・・

龍北スタジアムが  
毎月チャレンジするテーマ（種目）  
を発表します

チャレンジジャーである皆さんにはそれに  
挑戦していただきます!!

ほかのチャレンジジャーより  
1Mでも  
多く跳ぶ

1秒でも  
速くゴール  
する

1回でも  
多く回数を  
やる

#### 今月のテーマ

(例) サイドステップ 3 往復+10M 片道ダッシュでタイムを競う!!  
スタートと同時に左右にあるコーンを必ずタッチして 3 往復  
その後 10m先のまで走り抜けてゴール!!



### 今月のテーマ

**参加料** 陸上競技場の利用料のみいただきます

**参加対象** どなたでも参加できます

- ルール**
- 必ず龍北陸上競技場にある『専用コーナー』を利用してチャレンジしてください
  - チャレンジ前にスタッフへ一声かけてください  
備品が必要になる場合はスタッフから受け取ってください
  - 何回チャレンジしても OK!
  - 必ず動画で取り組んでいる様子を撮影してください  
※1人でチャレンジする時はスタッフが撮影のお手伝いをします  
(状況によってはお待ちいただく場合もあります)
  - タイム計測や回数計測はスタッフが動画を確認して行います

最終ランキング 1～3 位を  
表彰対象とし

★ステキなプレゼント  
をご用意します

※各部門で 1 位を獲得された方の動画を  
龍北総合運動場 Facebook 等  
で使用させていただく場合があります

表彰部門  
今月の対象者



チャレンジしている  
様子を動画に撮って

龍北スタジアムへ  
送ってください

スタッフが審判員として  
動画を確認しチャレンジ  
認定します

🎁 ランキング 上位者には毎月ステキなプレゼントします★

＼ 家族・友だちを誘ってどんどん送っちゃおう! /  
撮影した動画は龍北スタジアムへ次の方法で送信してください

88018j@asics.com

LINE



f

