

業間マラソン練習（10月22日）

11月5日(水)のマラソン大会に向けて、大休憩(2校時と3校時の間の20分間の休憩時間)に業間マラソン練習をしています。本日から大会前日まで取り組みます。



まずは体操をした後、音楽が流れ、その間は頑張って走り続けます。自分のペースを探りながら、でも少し上を目指して…。



低学年は内側のトラック、高学年は外側のトラックを走ります。混雑による転倒防止などのためです。



最後までしっかりとしたペースで走り続けられていました。こういった積み重ねが力になりますね。



音楽が変わると、マラソンはやめて歩きます。息を整え、整理体操をします。クールダウンです。
お疲れ様でした・・・。

