

# 練習計画及びイベント予定 (7-12月)

2024

日付	練習メニュー	イベント	主な大会
<b>7月</b>			
6 (土)		合宿 (妙高高原)	
7 (日)	手賀沼練習会 自主練	合宿 (妙高高原)	
14 (日)	LSD or ペース走		
21 (日)	ビルドアップ	岩名クロカン	
28 (日)	ペース走	青空懇親会	
<b>8月</b>			
4 (日)	LSD or ペース走	桜の葉会	
11 (日)	ビルドアップ		
18 (日)	野田トラック練習会 or 手賀沼練習会		
25 (日)	ペース走	柏の葉リレーマラソン (中止)	北海道マラソン2024 富士吉田火祭りロードレース 筑波連山天空ロード
<b>9月</b>			
1 (日)	LSD or ペース走	つくばラン 青空懇親会	
8 (日)	ビルドアップ		白馬国際クラシック2024
15 (日)	ペース走	岩名クロカン	富士山クライムラン 丹後100km 田沢湖マラソン
22 (日)	ビルドアップ		山梨市巨峰の丘マラソン
29 (日)	ペース走		赤城山100ウルトラ 一関国際ハーフ オホーツク網走マラソン 旭川ハーフ
<b>10月</b>			
6 (日)	LSD or ペース走	青空懇親会	白井梨マラソン 高島平ハーフマラソン 会津若松市鶴ヶ城ハーフマラソン 新潟シティマラソン 長井マラソン えちご・くびき野100km
13 (日)	ビルドアップ		
20 (日)	ペース走		レガシーハーフ 八街落花生マラソン
27 (日)	手賀沼練習会 自主練	手賀沼打ち上げ	手賀沼エコマラソン 金沢マラソン 水戸黄門漫遊マラソン 横浜マラソン いわて盛岡シティマラソン
<b>11月</b>			
3 (日)	LSD or ペース走	つくばラン	群馬マラソン 東北みやぎ復興マラソン 下関海響マラソン 富山マラソン ぐんまマラソン アクアラインマラソン 将門ハーフマラソン 流山ロードレース
10 (日)	ビルドアップ		成田POPラン ひたちシーサイドマラソン
17 (日)	ペース走		神戸マラソン MINATOシティハーフ
24 (日)	手賀沼練習会 自主練		つくばマラソン 富士山マラソン 11/23 大田原マラソン
<b>12月</b>			
1 (日)	LSD or ペース走		沼南国際マラソン 防府読売マラソン 香取小江戸マラソン
8 (日)	ビルドアップ		青島太平洋マラソン ニューリバーロードレースin八千代
15 (日)	ペース走	ウィング 忘年会	関東10マイルロードレース大会 みえ松坂マラソン
22 (日)	ビルドアップ		足立フレンドリーハーフマラソン
29 (日)	LSD	手賀沼チャリティーラン	