

☆ らん・ラン・チャレンジ ☆

11月29日(金)に、中学部は「らん・ラン・チャレンジ」を実施しました。当日は、ときおり小雨が降る少し肌寒い天候のなか、それぞれの体力に合わせて3kmと2kmのコースを走りました。これまで、朝の運動や体育の時間に練習をしてきましたが、ほとんどの生徒がベストタイムを出すことができました。これからも、朝の運動では走ったり筋力トレーニングなどを行ったりし、体力向上に向けて頑張っていきたいと思います。

