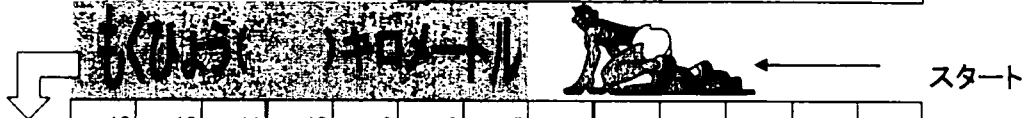


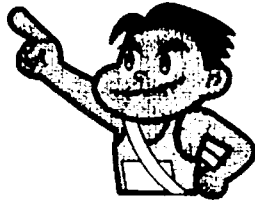
グループで取り組む がんばれ南都マラソンカード

年 組 名 前

	まいめ
(色)	(色)
(色)	(色)



13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
14	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
15	88											
16	87											
17	86											
18	85											
19	84											
20	83											
21	82											
22	81	80	79	78	77	76	75	74	73	72	71	70
23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	69



ゴール
20km達成



おりかえし



50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	63
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62

- ★ 友だち2~4人でグループをつくり、いっしょに取り組めます。
友だちと色分けしてそめていくと楽しいですね。
- ★ グラウンド1しゅう走ったら、1つますをそめましょう。
- ★ 朝の時間(8:25まで)、中間休み、昼休みなど進んで取り組みましょう。
- ★ 5つますが進むごとに、1km(キロメートル)走ったことになります。