

臺南市東山區吉貝要國小〔kituru・練習〕國泰圓夢跑步卡
姓名：68 鄭富仁 第2卡，已累計 1281 圈 11/18/2013

日期	圈數	老師簽名	
11/8	40	新營體育場第8跑道	5km
11/1	88	"	1hr 11km
11/2	40	"	5k
11/3	120	GPS "	15k
11/4	64	GPS 新營體育場第8跑道	8k
11/5	64	GPS "	8k
11/6	40	三尖大板橋	5k
11/8	80	GPS 新營體育場第8跑道	10k 506
11/9	64	GPS "	8.2km
11/30	100	新營體育場	12.57km
11/5	99	GPS "	12.4km
11/3	80	" 第8跑道	10km
總計跑() 天		圈	363

跑步是一件充滿健康與活力的運動 NO- 68

臺南市東山區吉貝要國小〔kituru・練習〕國泰圓夢跑步卡
姓名：10 林瑜萍 第1卡，已累計 0 圈 11/4/2013

日期	圈數	老師簽名	
11/4	正 6		
11/5	T >		
11/7	T >		10
11/11	4		
11/2	正 5		
11/4	正 4		
11/5	2		25 15
11/8	T >		
11/9	正 9		36 11
11/5	正 6 + 6		42 6
11/3	8		
11/4	5		13
總計跑() 天		55 圈	

跑步是一件充滿健康與活力的運動 NO- 10

〔kituru・練習〕國泰圓夢計畫跑步登記卡，全校師生各有一個編號。練習時間自 102 年 11 月 1 日起至 103 年 6 月 30 日止。

臺南市東山區吉貝要國小〔kituru・練習〕國泰圓夢跑步卡
姓名：31 謝欣樺 第1卡，已累計 0 圈 11/4/2013

日期	圈數	老師簽名	
11/4	9		
11/8	1	陳	8
11/2	13		
11/4	15		28
11/9	18		18
11/25	27	怡	
11/26	28		
11/27	20		95
11/2	3		
11/3	6	德	
11/4	4		
11/5	6		19
總計跑(13) 天		148 圈	

跑步是一件充滿健康與活力的運動 NO- 31

臺南市東山區吉貝要國小〔kituru・練習〕國泰圓夢跑步卡
姓名：33 陳心美 第1卡，已累計 0 圈 11/12/2013

日期	圈數	老師簽名	
102.11.4	12	蘇 11/8	
102.11.5	17	蘇 11/8	
102.11.6	3	蘇 11/8	
102.11.11	12	蘇 11/8	
102.11.12	8	蘇 11/8	
102.11.14	80	蘇 11/8	
102.11.15	40	蘇 11/8	162
102.11.18	2	蘇 11/22	
102.11.19	10	蘇 11/22	
102.11.21	8	蘇 11/22	20
102.11.25	4	蘇 11/26	
102.11.26	10	蘇 11/26	14
總計跑(12) 天		196 圈	

跑步是一件充滿健康與活力的運動 NO- 33