

【서식. 활동일지】

2026년도 시흥시체육진흥공모사업[1차] 활동일지

사업명	온가족이 함께하는인라인생활1	회차	2	일자	5월 25일
시간	시작시간		종료시간		
	19:30		21:30		
장소	월곶에코피아인라인경기장	강사	송 영 승 (서명)		
활 동 내 용					
1.런닝, 스트레칭					
2.주행:자세배우기(푸쉬,리커버리,셋다운) 로테이션10주 3세트 다운 5					
3.직진 구분동작 자세배우기 인당 2주, 코너(구분동작+연결동작) 인당 10주					
4.릴레이타며 속도 및 팀워크 맞추기					
사 진					
					
2026년 5월 25일 (월) 오후 7:26			2026년 5월 25일 (월) 오후 7:57		
기 타 사 항					

※ 1개의 활동에 1개의 활동일지 작성

※ 사진 2개 이상 반드시 첨부(타임스탬프 어플 활용)