

【서식. 활동일지】

## 2026년도 시흥시체육진흥공모사업[1차] 활동일지

사업명	온가족이 함께하는인라인생활1	회차	4	일자	6월 8일
시간	시작시간		종료시간		
	19:30		21:30		
장소	월곶에코피아인라인경기장	강사	송 영 승 (서명)		
활 동 내 용					
1.런닝, 스트레칭					
2.워밍 20주,					
3.직진 구분동작 자세배우기 인당 2주, 2개선두 로테이션 10주					
4.개인별 1주 인터벌 3세트					
사                    진					
 <p>2026년 6월 8일 오후 8:57</p>			 <p>2026년 6월 08일 (월) 오후 9:32</p>		
기   타   사   항					

- ※ 1개의 활동에 1개의 활동일지 작성
- ※ 사진 2개 이상 반드시 첨부(타임스탬프 어플 활용)