

短距離・ハードルブロック強化練習会 実施要領

- 1 目的 全道で結果を残す逞しさや、勝負強さを養い、決勝進出者のアップ、また全国大会の複数出場権、及びリレーの出場権獲得を目指すことで、地域全体の短距離、ハードル選手の強化、普及につなげる。
- 2 主催 オホーツク陸上競技協会 強化委員会
- 3 期日 ① 中高合同 令和5年12月9日(土) 9:30~12:00 (優秀選手表彰式終了後)
【場所】 【網走市総合体育館アリーナ】 網走市駒場南1丁目8-1
「スプリント改善メソッドによる短距離走の競技力向上」
講師：日本体育大学 水野 増彦先生
※上靴を持参してください
- ② 中学:令和6年1月20日(土) 高校:令和6年1月27日(土)
③ 中学:令和6年2月 3日(土) 高校:令和6年2月10日(土)
④ 中学:令和6年3月 9日(土) 高校:令和6年3月17日(土)
【NARS (日本体育大学附属高等支援学校内)】 網走市大曲1丁目6-1
各回 13:00~15:00
- 4 参加者 短距離・ハードルブロックの特A、A、B強化指定選手及び別紙強化練習会参加対象選手
- 5 指導者
～中学～ 神代 義規 (北見東陵中学校教諭) 酒井 康太 (美幌中学校教諭)
藤田 共世 (大空女満別中学校教諭) 本間 葵 (北見北光中学校教諭)
神代 里沙 (北見光西中学校教諭)
～高校～ 高橋 純 (北見工業高等学校教諭) 伊藤 浩紀 (北見北斗高等学校教諭)
後藤 俊輔 (網走桂陽高等学校教諭) 矢花 哲 (北見北斗高等学校教諭)
- 6 その他
・ 傷害保険等には加入しておりませんので、急病等発生時においては各校で対応してください。PTA等の保険が適応されるように、部活動として参加されることが望ましいと思います。
・ NARSは、全天候型室内練習走路です。入館の際はアップシューズ及びスパイクのソール部分の汚れを十分に落とすようにして下さい。また、スパイクのピンの長さは9mm以下で全天候型の平行ピンを使用するようにして下さい。また、ニードルピンはタータンを傷つける恐れがあるので極力控えるようにして下さい。

◆強化練習会の問い合わせは、中学は北見東陵中学校神代(090-3773-1482)、高校は北見北斗高校矢花(090-4811-1919)までお願いします。

※保護者の方々へ～NARSは日体大附属高等支援学校の施設です。敷地内は生徒が通行していますので自動車の送迎の際は、事故防止のため必ず施設裏手の入口から入るようお願いします。(R239側から入ることのないようお願い致します)詳細は別紙にてご確認下さい。