

# 跳躍ブロック強化練習会 実施要項

1 目的 同一種目の他校選手と切磋琢磨し、跳躍選手として必要な体力・技術を向上させるとともに、そのトレーニング方法を身につける。また全国大会出場・入賞を目指すことで、オホーツク地区全体の跳躍競技の活性化につなげる。

2 主催 オホーツク陸上競技協会

3 日程 **跳躍練習会** 令和5年12月9日(土) 9:30~12:00

【場所】① 三段跳【北海道網走南ヶ丘高等学校：網走市台町2丁目13番1号】

② 走高跳・棒高跳・走幅跳【網走市総合体育館：網走市駒場南1丁目8-1】

## 種目別練習会

① 走高跳・走幅跳 11:00~13:00

【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】

第一回目 令和6年1月27日(土)

第二回目 令和6年2月10日(土)

第三回目 令和6年3月16日(土)

② 棒高跳 9:00~11:30 (女子と中学生3m40未満)

10:30~13:00 (高校生と中学生3m40以上)

【旧嘉多山小学校：網走市嘉多山416番】

第一回目 令和6年1月27日(土)

第二回目 令和6年2月 3日(土)

第三回目 令和6年3月16日(土)

③ 三段跳 9:00~12:00

【北見市立体育センター：北見市東陵町27番地】

第一回目 令和6年1月14日(日)

第二回目 令和6年2月 4日(日)

第三回目 令和6年3月24日(日)

## 跳躍ブロック強化指定選手合宿(予定)

① 走高跳・走幅跳・三段跳【釧路】 令和6年1月 6日(土)~1月 8日(月)

② 棒高跳【群馬】 令和6年2月 9日(金)~2月12日(月)

4 参加者 合宿は別紙強化指定選手のみ・練習会は以下の通り  
今年度全道大会か新人全道大会に出場した管内の選手(混成競技者も参加可)  
女子棒高跳および中学生三段跳の選手は経験者であれば参加可

5 指導者 走高跳 : 佐藤 陽希(斜里町役場)  
棒高跳 : 吉田 祐輔(オホーツクAC) ・ 黒木 大地(オホーツク陸協)  
菅野 秀哉(北見小泉中学教諭)  
走幅跳 : 森 大地(美幌北中学教諭)  
三段跳 : 金子 航太(オホーツクAC)

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。

\* 問合せ先 北海道北見緑陵高等学校 飯島 進也 職場 0157-36-4536 携帯 090-7652-2019  
Mail bubuka@hokkaido-c.ed.jp