

オホーツク AC 陸上競技教室 実施要領

1. 目的

オホーツク地域で活動をする社会人アスリートの陸上競技への取り組み方などを地域の中学生・高校生に伝えていくことでオホーツクの陸上競技の活性化を図る。

2. 主催 オホーツク AC/キッズ 後援 農事組合法人豊北うるおいファーム

3. 期日 2月17日 9:30~12:30

4. 場所 北海道立北見体育センター 住所：北見市東陵町27番地

5. 参加対象 オホーツク在住の中学生・高校生・社会人

6. 教室内容

参加者全体でダッシュなどをおこなったあとに各種目の専門練習をおこないます。
練習内容はオホーツク AC 所属の参加アスリートが普段の練習でおこなっている内容を一緒に取り組んでもらいます。

7. オホーツク AC 所属の参加アスリート（指導もおこないます）

走幅跳	金子航太	自己記録	7m61
砲丸投	本間勝人	自己記録	14m83
100m	釜澤拓也	自己記録	10"58
100m	玉木陽介	自己記録	11"32
110mH	浅井一稀	自己記録	15"16
800m	井上陽介	自己記録	1分52秒66
棒高跳	吉田祐輔	自己記録	4m80

8. 持ち物 上履き 動きやすい格好

9. 申し込み方法 右の QR コードより申し込みをお願いします→ 申し込み期限は2月13日まで



10. その他 傷害保険などには加入しておりませんので、急病等発生時にはその場で対応はしますが、後々は各ご家庭での対応をお願いします。

質問などはオホーツク AC 代表の金子まで連絡をお願いします。（携帯 080-5459-5752）