

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 中高合同 令和7年12月13日(土) 10:00~13:00 (優秀選手表彰式終了後)

【場 所】 【網走市総合体育館 第2・3体育室】 網走市駒場南1丁目8-1

「冬季トレーニングに効果的なコントロールテストの測定・評価」

【講師】 オホーツク陸協強化委員会 短距離・ハードル・跳躍ブロックコーチ

高橋 純 (北見工業高等学校教諭)・後藤 俊輔 (網走桂陽高等学校教諭)

神代 義規 (北見東陵中学校教諭)・本間 葵 (北見北光中学校教諭)

森 大地 (美幌町立北中学校教諭)・上村 康介 (興部町立興部中学校教諭)

※上靴を持参してください。

【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

① 高校:令和7年12月25日(土) 9:00~13:00

① 中学:令和8年 1月13日(火) 9:00~11:00

② 高校:令和8年 1月31日(土) 11:00~13:00

③ 高校:令和8年 2月 7日(土) 11:00~13:00

② 中学:令和8年 2月14日(土) 11:00~13:00

③ 中学:令和8年 2月28日(土) 11:00~13:00

④ 中学:令和8年 3月26日(木) 9:00~11:00

※各回中学、高校ともに跳躍ブロックと合同開催

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)

本間 葵 (北見北光中学校教諭)

～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ください。