

平成29年度 西三河陸上競技教室（高校投てきの部） 実施要項

- 目的 陸上競技における投運動の基本動作と専門的な技術の習得を目指して、ジュニア陸上競技者の育成と陸上競技の普及及び底辺の拡大を目指す。
- 主催 西三河陸上競技協会
- 会場 パロマ瑞穂スタジアム・パロマ瑞穂田辺陸上競技場  
※名古屋地区陸上競技教室と同時開催
- 実施種目 高校生投てき（砲丸投・円盤投・ハンマー投・やり投）
- 内容 運動の基礎となる動き作りの実技指導と説明  
専門的な技術と練習方法についての実技指導と説明  
補助的なトレーニングの紹介と実技指導
- 対象者 投てき競技に関心があり、その技術向上を目指す高校生及びその指導者
- 期日 第1回 平成29年12月10日（日）：円盤投（終日）・ハンマー投（終日）  
と 第2回 平成29年12月16日（土）：砲丸投（終日）・やり投（AMのみ）  
種目 第3回 平成30年1月4日（木）：砲丸投（AMのみ）・ハンマー投（AMのみ）  
第4回 平成30年1月8日（月）：円盤投（終日）・やり投（終日）  
第5回 平成30年2月3日（土）：円盤投（AMのみ）  
第6回 平成30年2月4日（日）：砲丸投（終日）・やり投（終日）・ハンマー投（終日）
- 時程 8：30～8：50 受付（パロマ瑞穂スタジアム）  
8：50～9：00 あいさつ・諸注意  
9：00～13：00 教室（AMのみ）／9：00～15：30 教室（終日）
- 参加費 3日まで1500円 4日以上2000円 1回毎600円（保険への加入費込）  
※名古屋地区と共催のため参加費も同じとします。
- 申込方法 ①愛知陸協 HP「西三河」より、参加申込書のファイルをダウンロードし、必要事項を入力する。  
②入力した参加申込ファイルを「〇〇高投てき教室申込」とファイル名を変更し保存。  
※〇〇は学校名を入力  
③保存したファイルを添付し、下記アドレスへ送信。  
その際、件名を「〇〇高投てき教室申込」とすること。※〇〇は学校名を入力  
〈申込先〉 光ヶ丘女子高等学校 浅岡 斉  
e-mail：[track-field@hikarigaoka-h.ed.jp](mailto:track-field@hikarigaoka-h.ed.jp)
- 申込期限 平成29年11月20日（月）19：00迄
- その他 ①教室の参加には引率者がいることが条件です。（保護者でも可）

②当日の天候状況によって、中止となる場合もあります。

下記 HP で確認をしてください。

<http://www.geocities.jp/nagoyatandf/rikyojokyoshitsu/index.html>

③参加者は全員損害保険に加入する。(主催者が参加費より負担)

④参加費の返金は、いかなる事情があっても行わない。

⑤西三河高校新人の第3位以内に入賞し、本陸上教室に参加する選手については、Tシャツを配布する。申込ファイルに、サイズ等を入力すること。

⑥引率者の方で、補強運動などのトレーニングをサポートしていただける方がいらしたら、申込ファイルにお名前と可能な日付をご記入ください。

問合わせ

光ヶ丘女子高等学校 浅岡 斉

〒444-0811 岡崎市大西町奥長入 52

TEL : 0564-51-5651 Fax : 0564-54-0062 携帯電話 : 050-3638-3914

e-mail : [track-field@hikarigaoka-h.ed.jp](mailto:track-field@hikarigaoka-h.ed.jp)

\* 急ぎでない限り、メールで問い合わせること。