

平成22年1月

都内小・中・高等学校  
陸上競技部顧問、保護者 各位

東京都中学校体育連盟  
陸上競技専門部強化委員会

## 指導者講習会のお知らせ

各校とも、来る10年シーズンに向けて益々ご指導に熱の入る今日この頃、皆様方におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

さて、強化委員会では昨年より冬季強化練習会を利用し、「チーム東京」の指導をより広く各方面の指導者の方々にご理解いただくように、指導者講習会を開催いたしております。つきましては、当日参加していただく先生方や保護者の方々と共に、多くのディスカッションをしながら進めていければと考えています。ふるってご参加くださいますようお願い申し上げます。

### 記

- 1 主催 東京都中学校体育連盟陸上競技専門部強化委員会
- 2 日時 平成22年3月6日（土）  
受付開始 9時00分  
講習開始 9時30分  
終了時間 12時00分（予定）
- 3 場所 武蔵野市営陸上競技場（JR中央線三鷹駅下車、徒歩15分）
- 4 内容 

種目	長距離走
指導者	森 伸一（大田、矢口中）
指導内容	長距離走についての基本的な考え方 基本ドリル 等
- 5 対象 小学校、中学校、高等学校、その他クラブチームなどの指導者、保護者
- 6 申込み 学校名、氏名などを明記の上、下記アドレスにメールで申込みください。  
※メールアドレス（申込先） [info@tokyoctr.com](mailto:info@tokyoctr.com)  
※当日申込みでも参加できますが、資料などを準備する都合、事前に人数を把握したいと考えています、出来るだけメールで事前申込み頂ければ幸いです。
- 7 受付 当日、競技場の入り口にて受付を9時より行います。
- 8 その他 雨天、降雪の場合は講習会を中止致します。  
※その際は早朝に判断し、東京都中学校体育連盟陸上競技専門部のホームページに掲載します。  
アドレスは、 <http://tokyoctr.com/>