

強化・普及練習会について

日頃より、東京都中体連陸上競技専門部の活動にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、先日、第1回から第3回までの強化・普及練習会が無事終了いたしました。ご理解とご協力をいただき、心より御礼申し上げます。

第5回の実施種目につきましては「未定」としておりましたが、これまでの参加状況（参加人数が多かったこと等）を踏まえ、「短距離」および「砲丸投」で実施することといたしました。詳細につきましては、下記をご確認ください。対象は、強化指定選手以外の中学1・2年生で、強化・普及練習会実施種目の選手となります。

本練習会は、東京都全体の競技力向上ならびに次世代選手の育成を目的として実施するものです。競技力向上につながるプログラムを準備しておりますので、ぜひご参加くださいようご案内申し上げます。

1 練習会について

回	期日	種目	場所	所在地
1	1月11日(日)	短距離	上柚木公園陸上競技場	八王子市上柚木 2-40-1
2	1月31日(土)	長距離	江東区夢の島競技場	江東区夢の島 1-1-2
3	2月15日(日)	投擲・ハートル	上柚木公園陸上競技場	八王子市上柚木 2-40-1
4	3月8日(日)	走高跳・走幅跳	上柚木公園陸上競技場	八王子市上柚木 2-40-1
5	3月15日(日)	短距離・砲丸投	江東区夢の島競技場	江東区夢の島 1-1-2

※集合・解散は現地で行います。

2 集合 13:30（出席確認） 実施 13:45～16:00

3 参加者 令和7年度東京都中体連陸上競技専門部強化選手以外で希望する
中学1, 2年生の強化・普及練習会実施種目の選手

4 持ち物 運動できる服装、水筒、タオル、スパイク（シューズ）、着替え、
雨具、ウェットティッシュ、ビニール袋(各自のゴミ入れ等)、
除菌シート等、防寒着、貴重品(交通費)、その他必要なもの

5 参加にあたっての注意事項

- 参加の際は顧問の先生やクラブ指導者からの同意、または保護者の方の同意を得たうえで参加をしてください。(下記 form の中で同意の確認をします。提出書類はありません)
- 少しでも体調に異変があったときは参加を見合わせてください。
- 事故のないように、各自トレーニングを積んで参加してください。
- 公共の交通機関での行き帰りや練習場所での態度等には十分に注意をしてください。
- 天候不良等で中止の場合は、中体連ホームページに当日10時までに掲載致します。
- けがの応急処置は行いますが、その後の処置は各自でお願いします。保険は学校で加入しているスポーツ振興保険か各自で入っている保険をご利用ください。

6 申込フォーム

下のQRコードより申込をお願いします。

3月8日(日)走高跳/走幅跳



申込期間 2/20～3/6

3月15日(日)短距離/砲丸投



申込期間 3/9～3/13

○問い合わせ先

足立区立千寿桜堤中学校 荒木俊介

Mail:tokyoctrtrf@gmail.com (返信はお時間をいただく場合がございます)