

令和6年度・東京都中体連陸上競技専門部・強化指定選手練習会

今年度もシーズン中の強化練習会を行いたいと思います。日程と場所をご確認の上、東京都の選抜選手としての自覚を持って練習会に参加してください。なお、この練習会は上位大会へ出場および上位大会での入賞を目的として行っております。参加できる選手につきましては下記の「3. 参加できる選手」をご覧ください。

記

- 1 日程・場所 令和6年 5月 6日（月）9:00～12:30 世田谷区大蔵公園陸上競技場
令和6年 6月30日（日）9:00～12:30 多摩市立陸上競技場（仮）
令和6年 7月14日（日）9:00～12:30 八王子市立上柚木公園陸上競技場

※6月30日の会場は東京都中体連陸上競技専門部のホームページを確認してください。

※公共交通機関を利用して来場してください。

※上柚木公園陸上競技場の第4・5駐車場への駐車はご遠慮ください。

※練習会が中止になる場合は、東京都中体連陸上競技専門部のホームページでお知らせいたします。

アドレスは <http://tokyoctr.com/>

- 2 練 習 強化委員会スタッフによるブロック別指導で、基本技能トレーニング・専門技術トレーニング、試合に向けた調整トレーニング等を行う。
- 3 参加できる選手 各種目の令和5年度強化指定選手および
各種目の基準を満たしている選手

| | 5月6日 | 6月30日 | 7月14日 |
|------|--------|-----------|---------------------|
| 短距離 | 強化指定選手 | 強化指定選手のみ | 総体準決勝進出者 |
| 長距離 | | 総体・通信出場選手 | 通信出場選手 |
| ハードル | | 強化指定選手のみ | 総体決勝進出者 + 強化指定選手 |
| 棒高跳 | | 通信総体出場者のみ | 通信出場選手のみ |
| 走高跳 | | 強化指定選手のみ | 総体入賞者 |
| 走幅跳 | | | 総体入賞者 |
| 砲丸投 | | | 都大会決勝進出者 |
| 円盤投 | | | 都大会決勝進出者 |
| 混成 | | | 通信出場選手 |

- 4 注意事項
- ① 事故のないよう、十分にトレーニングを積んで参加してください。
 - ② 選抜選手として恥ずかしくないような態度・言葉遣いで先生方に接し、準備片づけは全員で協力して行ってください。
 - ③ 競技場への行き帰りでトラブルのないよう注意してください。
 - ④ 令和5年度強化指定選手（特別選考選手を含む）以外の選手で上記の基準を満たした選手が練習会に参加する場合は別紙の同意書が必要となります。
 - ⑤ 体調不良時は、無理せず参加を取り止めてください。
- 5 その他
- ・練習会における事故やけがは、応急処置のみ行いますが、以後の責任については負いかねますので、十分注意してください。
 - ・練習会の有無の問い合わせ等はしないでください。雨天時の練習会の中止等はホームページ(<http://tokyoctr.com/>)をご覧ください。また、練習会場へ練習会に関する問い合わせはおやめください。
- 6 連絡先
- 深川第一中学校 山根 紘一 先生
- ※天候による実施の確認、欠席の連絡はご遠慮ください。