

平成21年12月15日

各校陸上競技部顧問 様
強化選手（保護者） 様

東京都中体連陸上競技専門部
短距離ブロック 強化委員

短距離ブロック練習会のご案内

今年も冬の強化練習会が始まりました。短距離ブロックでは、全体での強化練習会10回、関東・東京選抜合宿、春の東京選抜合宿（山梨）に加え、短距離ブロック主催の練習会を下記の通り3回企画しました。

一緒に練習する機会を増やし、一人一人に指導できる時間を多くとること、「チーム東京」「チーム短距離」という意識を高め、関東大会や全国大会、そして、ジュニアオリンピックをチームとしても戦っていけるようにすることを大きなねらいとしています。

また、顧問の先生方や指導者の方々とコミュニケーションをとれる場とすることも目的の一つとしていますので、先生方や指導者の方々にも参加していただけたらと思っています。一人一人の力だけでなく、チームとしての力も高めていきたいと考えていますので、ご協力よろしくお願いいたします。

【 日 程 】

【 場 所 】

【 時 間 】

- | | | | |
|---|----------|----------------|---------------|
| ① | 12/23（土） | 八王子市上柚木公園陸上競技場 | <u>9時～12時</u> |
| ② | 1/30（土） | 八王子市上柚木公園陸上競技場 | <u>9時～12時</u> |
| ③ | 2/27（土） | 八王子市上柚木公園陸上競技場 | <u>9時～12時</u> |

- 練習は、午前中の予定ですが、少し長くなってしまう場合もありますので、練習の間や練習後に軽く食べられるものを用意しておくと思います。