

トップアスリートと走ろう！

平成21年度冬季倉敷地区陸上競技教室

毎年恒例の冬季倉敷地区陸上競技教室も、今年で19年目を迎えます。

この冬季陸上競技教室に今年は、河北 尚広選手が特別講師として参加して下さることになりました。

河北選手は、400mハードルの日本トップレベルの選手として長年活躍され、日本選手権では5年連続で入賞を果たされ、本年度も3位に入賞されています。先日の国体でも3位に入賞され、自己ベストの49秒04を記録されました。ユニバーシアードやアジア選手権など海外の大会でも数多く入賞を果たされています。

その他にも岡山県が誇る全日本のトップアスリート達が、倉敷のジュニア選手たちのために、大勢指導に来てくださいる予定です。

トップアスリートと一緒に走り、正しい陸上競技の知識と楽しさを知ってもらいたいと思います。走ることに興味のある小・中・高校生のみなさん、ふるって参加してください。

- 1.主 催 倉敷市体育協会
- 2.主 管 倉敷市体育協会陸上競技部
倉敷市体育協会陸上競技部学童部
- 3.後 援 倉敷市教育委員会 倉敷市スポーツ振興事業団
- 4.期 日 平成21年11月21日(土) 9時～13時
- 5.会 場 倉敷市四十瀬 倉敷運動公園陸上競技場
- 6.対 象 倉敷市内及び近隣地区小学生4～6年生、中学生、高校生

7.実施内容及び種目

前半 学年別練習 後半 種目別練習

実施種目

(全学年) 短距離 長距離 走幅跳

(小学5年以上) 走高跳 ハードル

(中学以上) 投てき(砲丸投げ)



8.申込方法

- 下記倉敷JCホームページから申込シートをダウンロードし、下記メールアドレスに、必ずエクセル形式の添付ファイルとして送付すること。

(ホームページアドレス) <http://www.sqr.or.jp/usr/mizukun/>

- 送付先

(メールアドレス) mizukun@sqr.or.jp

ウイルスチェックは厳重にお願いします。ウイルスが含まれている場合、受信を拒否します。

21日までにメールでの受理通知が届かない場合は、下津井西小・水谷(090-7596-0345)までご確認ください。

申込み締め切り 11月13日(金)必着

問い合わせ先 上記のホームページか

緑丘小学校 渡辺 謙治まで 090-5268-9528(午後4時以降)

(個人情報の取り扱いについて)

氏名等が公表されることはありませんし、他の目的に使用することも一切ありません。ただし練習の様子を写真等で新聞・ホームページに掲載することはありますので、個人的に支障がある場合は、事務局までお申し出ください。

9.その他

参加費は、下記のいずれかになります。 **当日受付で納めてください。**

1人500円(1日保険代込み)

1人400円(1日保険代不要)

クラブや部活等で保険に入っていて、1日保険が不要な場合は、エントリー表に**保険不要と明記してください。明記されている場合のみ** 1人400円とさせていただきます。
ただし同じ団体内では、要か不要に統一してください。