

## U-12 熊本県小学生陸上冬季合同練習会要項

### 1 目的

本県におけるジュニア選手の普及・育成を図るものとする。また選手間の交流を図り、競技力の向上の基礎を築くことに寄与するものである。

### 2 主催

(一財) 熊本陸上競技協会 小体連部会

### 3 期日

平成30年12月15日(土)

時間：13:00～16:00(12:30～受付開始)

会場：県民総合運動公園陸上競技場えがお健康スタジアム  
熊本市東区平山町2776

内容：○全体練習

ウォーミングアップについて

コーディネーショントレーニング、動的柔軟運動など基礎的な運動を紹介します

○種目別練習 ※申込み時の希望種目に分かれ練習します。

(短距離、走り幅跳び、走り高跳び、ハードル、投てき)

### 4 参加資格

本県に在住する5・6年生の児童(100人程度)

### 5 申込み

原則として熊本陸協のホームページ[<http://www.kumariku.org/>]より申込みファイルをダウンロードし、**平成30年12月9日(日)までに**メール添付でお申込ください。

参加料は1人500円 当日受付で徴収します。代表者がまとめて受付でお支払ってください。

申込先メールアドレス：[hirano-r@hitodukuri.com](mailto:hirano-r@hitodukuri.com) (担当：平野)

### 6 参加上の注意事項

- (1) 参加者は、全員行動を共にすること。
- (2) 事前に十分練習し、体調を整えて参加すること。水分補給のため水筒や汗拭きタオル、着替えや防寒対策など十分に用意してください。
- (3) 携行品(練習用具、水筒、着替えなど)
- (4) 主催者で保険に加入します。合同練習会に発生した事故や怪我などにおきましては保険内での対応となります。
- (5) 雨天時は内容を一部変更して行う場合がございます。
- (6) 申込者が多数の場合は、先着順とさせていただきます。

何かご質問、ご不明な点等ございましたら、熊本陸上競技協会小体連代表 三谷浩輔までご連絡ください。電話：090-1513-1881