

岩手・宮城小学生陸上交流練習会開催要項

一般財団法人岩手陸上競技協会普及育成部

一般財団法人宮城陸上競技協会普及育成委員会

1 ねらい

- ・陸上競技の楽しさに触れながら、陸上競技の技能の習得を図る。
- ・選手・指導者の交流を図ることで、より一層の陸上競技の普及につなげる。

2 期 日

令和5年8月20日（日）

3 会場

一関市運動公園陸上競技場（岩手県一関市萩荘字箱清水4-2 TEL 0191-21-2137）

雨天の場合は、一関市立山目小学校体育館（岩手県一関市幸町2-47）

＊危険な天候等の場合は中止の場合があります

4 対 象

岩手・宮城両県の全国小学生陸上競技交流大会代表選手とその指導者および関係者

岩手・宮城両県で陸上競技の活動をしている選手とその指導者及び関係者

5 日 程（内容について、変更になる場合もあります。）

9：15 受付

9：45 交流練習会開始

9：45～	全体会
9：50～	交流を兼ねたウォームアップ
10：05～	コントロールテスト（実施種目は例。体調や天候等で実施種目は変更あり） ①開脚前屈 ②ブリッジ ③かえる倒立 ④短縄 30秒スピード跳 ⑤短縄 二重跳び
10：30～	大学生選手によるデモンストレーション
10：45～	種目に別れての練習
11：45～	クーリングダウン

11：50 交流練習会終了

11：50 以降は、各県でのミーティング等

6 持ち物

- ☐陸上用スパイク ☐短なわ（なわとび用） ☐水筒 ☐タオル ☐天候にあわせた服等
☐帽子 ☐練習に必要な道具

7 その他

- ・健康管理及び送迎の際は、安全には十分注意してください。
- ・地元教員の指導者講習会に位置付けています。

【担 当】

岩手陸上競技協会

普及育成部長 山内 弘文

携帯 090-5186-8874

宮城陸上競技協会

普及育成委員長 佐藤 善典

携帯 090-3644-0023