

令和 7 年度 宮城県中学校体育連盟陸上競技専門部強化事業

(第2回 宮城県中体連陸上専門部 陸上教室) 実施要項

- 1 目 的
 - ・「スポーツ宮城」の実現と本県スポーツの飛躍的な発展をめざし、その中心となる宮城県の中学生選手の育成を図る。
 - ・陸上競技を通し、心身の鍛練と健全な人格形成を図る。
 - ・陸上競技各種目の練習方法の指導を行う。
- 2 主 催 宮城県中学校体育連盟陸上競技専門部
- 3 主 管 宮城県中学校体育連盟陸上競技専門部（強化部）
- 4 期 日 令和7年12月6日（土）
- 5 会 場 キューアント・エスタジアム 補助競技場 投擲場 〒981-0122 宮城郡利府町菅谷館40-1 TEL(022)356-1122
- 6 日 程
 - 9：00～9：15 受付【メインスタジアム正面入り口】
 - 9：30～ 顧問打ち合わせ 9：30～ 開講式【雨天走路】
 - 9：45～ 各ブロック練習開始
 - 11：45 ブロック毎練習終了
 - 12：00～ 閉講式（ブロックごと）
- 7 内 容 短距離、中長距離、ハードル、跳躍（棒高跳、走高跳、走幅跳）、投擲（砲丸投）の基本的な練習方法の指導。
冬期など、短い練習時間で効果的な練習（特に専門的体力・技術）の向上を目的とした指導。
- 8 対 象 宮城県内に所属する中学生（誰でも参加可能）、および強化指定選手
- 9 指導者 宮城県中体連陸上専門部強化スタッフ
- 10 参加者が持参する物 (1)試合、練習用具一式(2)筆記用具 (3)その他各自の必需品
(4)棒高跳びは各自のポール、投擲はデイスボールと砲丸
- 11 参加料 (1)受講料として一人500円（陸上教室の資料代、競技場使用料の一部として）を徴収させていただきます。（ただし強化指定選手は無料とする）
- 12 参加方法 (1) 第2回の練習会は事前申込は必要ありません。別紙エクセルファイル申し込み用紙をダウンロードして、必要事項を明記し当日の受付にて提出願います。申し込み用紙は宮城県中体連陸上専門部のホームページにアップしてあります。参加条件として、指導内容と所属校における練習を結びつける目的のため、顧問（学校担当者）引率をお願いします。また、顧問の先生は各ブロックの練習にサポートとして参加していただきます。申し込みシートに当日引率される責任者名を必ずお書きください。顧問引率がどうしても難しい場合は、顧問の先生から下記のメールアドレスへお問い合わせ、御相談ください。なお保護者からの問い合わせはできません。
- 13 その他 (1) 主催者側で保険はかけません。けが等が発生した際は各学校もしくは各家庭で加入している保険での対応をお願いします。
(2)駐車場は第5・6・円形駐車場をご利用ください。第4駐車場の利用はご遠慮ください（バスは第6駐車場をお願いします。送迎に関しては第1駐車場をお願いします。）
(4)問い合わせ先 石巻市立山下中学校 安齋 彰悟
FAX.022-594-6228 メールアドレス Shogo.Anzai@city.ishinomaki.lg.jp