令和　８　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８年１２月１２日（土）

５　会　場　ｷｭｰｱﾝﾄﾞｴｰｽﾀｼﾞｱﾑ メインスタジアム　投擲場　補助競技場
〒981-0122 宮城郡利府町菅谷舘４０－１　　TEL(022)356-1122

６　日　程　８：５０～９：１０　受付【メインスタジアム正面入り口】
９：１５～　開講式・顧問打ち合わせ【雨天走路】
９：３０～　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）

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，投擲はﾒﾃﾞｨｼﾝﾎﾞｰﾙと砲丸

11　参加料　(1)受講料として一人５００円（２回目陸上教室の資料代，競技場使用料の一部として）を受付にて徴収させていただきます。

12　参加方法（1）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Ｅメールにて申し込み願います。**原本は当日受付にて提出**してください。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とサポートで入れる種目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。**ファイル名は【〇〇中.xlsx】でお願いします。**

申込先アドレス：　Shogo.Anzai@city.ishinomaki.lg.jp

（2）申し込み後，**返信メールにて受付完了**としますので，返信がない場合は山下中安齋彰悟まで問い合わせください。連絡は携帯もしくはＦＡＸでお願いします。

（3）申し込み期日　**令和８年１２月４日（金）　１７：００まで**

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。（バスは第６駐車場でお願いします）

(3)問い合わせ先　石巻市立山下中学校　安齋　彰悟　　TEL 0225-94-0410　FAX 022-594-6228