

第7回強化練習会事務連絡 (3/20)

茨城県陸上競技協会ジュニア強化部

1 持ち物について

- 練習に必要な物 (ランニングシューズ、スパイク等)
- 筆記用具 (メモ等で使用)
- メモ帳等 (練習内容や気づいたことを記入するときに使用)
- マスク (運動時以外は着用すること)
- 個人用シート (ストレッチや荷物を置く際に使用)
- ビニール袋 (使用したタオル等を持ち帰る際に使用)
- 常備用タオル (こまめな手洗いや洗顔用)
- 体温計・手指消毒用消毒液 (各自で準備できる方は準備してください)
- 陸上競技ジュニア強化練習会 健康チェック表 (保護者の印鑑または自筆のサイン入り)
※選手、コーチのどちらも提出すること。
※未提出や印漏れ等の不備があった場合は参加できません。必ず提出をお願いします。
- その他必要な物 (学校生活と同様、携帯電話や音楽プレーヤー等は持って来ないこと)
【SP・混成ブロックの持ち物】
- 砲丸 (自分で投げる重さ) ○メディシンボール1個 (2kg or 3kg)
- フェイスタオル (投擲動作で使用)

2 注意事項

- 第7回目の強化練習会は
 - ・AM 9:00~12:00→短距離・HJ・LJ
 - ・PM13:00~16:00→中長距離・障害・PV・SP・混成※強化選手以外も参加可能ですが、強化選手以外が参加する際には、顧問または所属校職員が必ず引率するようお願いいたします。参加の際には、健康チェック表の提出が必要です。
- 選手受付及び練習会場は補助競技場です。
- 新型コロナウイルス感染症対策のため、こまめな手洗いや洗顔、手指消毒を徹底すること。また、練習会場内の密を避けるため、競技場内での保護者の観戦はできません。
- 練習中に体調等が優れない場合は、近くの強化コーチに報告してください。
- 受付時間は、AM→8:45~ PM→12:45~になります。
- 雨天等で中止、変更等があれば当日6:30までに茨城県中体連陸上競技専門部HPにて連絡いたします。
(<https://jaaf-ibaraki.com>)

- 3月27日(土)に追加で第8回強化練習会を行います。
 - ・AM 9:00~12:00→中長距離・障害・PV・LJ
 - ・PM13:00~16:00→短距離・HJ・SP・混成※強化選手以外も参加可能ですが、強化選手以外が参加する際には、顧問または所属校職員が必ず引率するようお願いいたします。参加の際には、健康チェック表の提出が必要です。

3 茨城全中に向けた特別強化練習会について (令和3年4月18日~令和3年7月25日 計6回予定)

【目的】

- ① R3年度本県開催の、全国大会において種目優勝・入賞者の輩出を目指す。
- ② 全国大会出場者の増加を目指し、選手の強化を図る。
- ③ 少人数による、きめ細やかな指導体制を構築し選手強化を図る。
- ④ 茨城県の代表選手として、競技力だけでなく人間力の向上への取り組みを強化する。

【選考種目】

- ① 男子 (12種目 計36名程度)
100m・200m・400m・800m・1500m・3000m・110mH
走高跳・棒高跳・走幅跳・砲丸投・四種競技
- ② 女子 (9種目 計27名程度)
100m・200m・800m・1500m・100mH・走高跳・走幅跳・砲丸投・四種競技

【選考方法】

- ① R2年度県新人陸上各共通種目1位の選手 (学年別種目は、総合した結果で1位の選手)
※1年男子100mHは対象外とし、下記の選考方法により選考する。
 - ② ①以外の選手でR2年度の公認競技会において全国標準記録を突破している選手
 - ③ ②の選手がいない場合、R2年度強化練習会の中で選考会を実施し、順位や記録を参考にブロックコーチの推薦で決定する。
- ※ 各ブロック (各種目) 3名程度を選出するが、①②を合わせて選手が3名以上いる場合等については、その限りではない。

【選考会について】

- ① 3月20日(土)、3月27日(土)の強化練習会にて選考会を実施する。
- ② 特別強化選手決定後、該当校に推薦書を送付する。

【問い合わせ先】

茨城陸上競技協会ジュニア強化部
梶山 雄基 (日立市立滑川中学校)
TEL 0294-24-7034
携帯 080-5454-0604