

令和3年度第4回強化練習会事務連絡（1/15）

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保護者の自筆サイン入り）**
※県中体連陸上競技専門部HP強化部ページ内からダウンロードしてください。
※選手，コーチ，観戦保護者の全員が提出すること。
※**未提出や記載に不備がある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）

2 注意事項

- 練習会場 **笠松運動公園陸上競技場・補助競技場**
住所：那珂市向山1282-1 電話番号：029-202-0808
- 受付場所（8：30～9：00）
 - ①選手受付：主競技場内ピロティ内
【提出物】**健康チェック表**
※荷物置き場→男子：役員室4 女子：役員室2・3
 - ②保護者受付：『E・F』ゲート前
→**提出：健康チェック表 ※観戦はメインスタンドになります。**
- 今回の練習会では，外部指導者（クレーマージャパンコーチ）による全体アップ（動作づくり等）を実施します。
- 練習場所（密を避けるために，練習会場を分ける）
→県中体連陸上競技専門部HP強化部ページ内にあります「強化練習会練習会場割り振り表」をご確認ください。
- 今年度の強化練習会は強化選手のみで実施します。
- 新型コロナウイルス感染症対策のため，茨城県中体連陸上競技専門部HP強化部ページ内にあります，「茨城県ジュニア強化練習会における COVID-19 感染拡大防止対策」を事前にご確認ください。
- 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。
- 雨天等で中止または変更等がある場合は**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 日程について

| 期日 | 会場 | 時間 | 対象者 | 備考 |
|----------------------|----|----|---------|---------------------------|
| 令和3年11月21日(日) | 笠松 | AM | 全ての強化選手 | 外部指導者（動作づくり①） 強化ウェア集金 |
| 令和3年12月12日(日) | 笠松 | AM | 全ての強化選手 | 強化ウェア集金（未払い者） |
| 令和3年12月19日(日) | 笠松 | AM | 全ての強化選手 | 強化ウェア配付予定 |
| 令和4年 1月15日(土) | 笠松 | AM | 全ての強化選手 | 外部指導者（動作づくり②） ブロック練習あり |
| 令和4年 2月12日(土)，13日(日) | 笠松 | 1日 | 全ての強化選手 | 合宿はなし，2日間で開催 |
| 令和4年 2月26日(土) | 笠松 | AM | 全ての強化選手 | |
| 令和4年 3月19日(土) | 笠松 | AM | 全ての強化選手 | |

- 新型コロナウイルス感染症対策のため，AMで練習会を実施する。
 - ① AM→9：00～13：00 1日→9：00～16：00
 - ② 密を避けるために主競技場と補助競技場に分けて練習会を実施する。
→参加者は毎回健康チェックシートを提出する。
→練習会場の割り振りについては，『強化練習会練習会場割り振り表』で確認してください。
 - ③ 第1回・第4回の練習会については外部指導者（クレーマージャパンコーチ）を招待し，動作づくり等の基礎的なトレーニングの講習会を実施する。（強化指定選手のみ）

【問い合わせ先】
茨城県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