

平成27年度 明石市夏季小学生走り方教室 要 項

- 1 主 催 明石市陸上競技協会
- 2 主 管 明石市中学校体育連盟陸上競技部
- 3 開催趣旨 近年、全国的に児童の体位向上は著しく、また、多くのスポーツが低年齢者層に普及しつつあります。しかし基礎体力については低下の傾向が見られており、正しい体の使い方や体力の向上が望まれております。
そこで、明石市陸上競技協会では、小学生の基礎体力の向上とともに、あらゆるスポーツの基本である『走る』『跳ぶ』『投げる』ことの正しい習得や、スポーツ指導者への正しい指導法の研修会、およびその一環としての記録会を開催いたします。
- 4 日 時 平成27年8月 8日（土）小学生陸上教室
平成27年8月 9日（日）小学生陸上教室
平成27年8月10日（月）強化記録会
- 5 場 所 アサダスタジアム（兵庫県立明石公園陸上競技場）
- 6 対 象 明石市内の小学校に在学する児童（全学年）
- 7 内 容 1日目：走り方教室（短距離・中距離）
2日目：走り方教室（短距離・中距離）
3日目：強化記録会 男子 ○100m ○1500m ○走高跳 ○走幅跳
女子 ○100m ○ 800m ○走高跳 ○走幅跳
※ 1日だけの参加や、3日目の記録会だけの参加も可能です。
※ 走高跳は、1m10から始めます（計測器、マット規格の関係から）
- 8 指 導 者 明石市陸上競技協会（中学校陸上競技部の顧問等）
- 9 日 程 競技場開門 8：30
参加者受付 8：30～8：50
練 習 9：00～10：40
※ 初日は、初めに開校式
※ 2日目は、終わりに閉校式
※ 3日目は、記録会
出場される方は、「走り方教室参加申込用紙」の記録会出場種目に○印をつけて下さい。詳しくは記録会要項をご覧ください。

- 10 持ち物 ○運動ができる服装（小学校の体操服など）と運動靴で参加してください。
○飲み物や汗ふきタオル、着替えも各自で用意して下さい。
○雨天時は、雨具（カッパ）を御用意下さい。
- 11 申込方法 ○『平成27年度明石市夏季小学生走り方教室 参加申込用紙』に必要事項を記入して、申込〆切：**平成27年7月24日（金）必着**で、下記までお申し込み下さい。
〒673-0856 明石市西朝霧丘4-7 明石市立大蔵中学校内 信近 清志 宛
- 12 その他 ○教室参加料ならびに、記録会出場料は無料です。
○記録会の結果（記録、氏名、所属等）は明石市陸上競技協会ホームページで公開いたします。また、1位の結果は新聞紙面上に掲載されます。
○教室への行き帰りは、必ず保護者や責任もてる方で引率をしてください。
○雨天時は、雨天練習場などを使用して練習をします。また、小雨の場合はトラックやフィールドを使って練習する場合があります。
○当日、午前7時現在。明石市に警報が発令されている場合は、その日の教室は中止になります。
○教室中の疾病・事故については、応急処置の他は主催者はその責任を負いません。スポーツ傷害保険などへの加入は各自でお願いします。

----- 切り取り線 -----

※この申し込み用紙は、陸上教室・記録会の運営以外の目的には使用いたしません。

明石市夏季小学生走り方教室・記録会 参加申込用紙	
氏名・性別	ふりがな 男 ・ 女
住所	〒
電話番号・緊急時の連絡先	電話番号 緊急時の連絡先（携帯など）
学校名・学年	 小学校 年
希望パート	短距離 ・ 中距離
記録会（8/10）の申込 出場する種目を○で囲む 自分のベスト記録がわかる 人は記録も書いて下さい。	100m、800m（女子）、1500m（男子）、走高跳、走幅跳
	ベスト記録（ ）

