

## 2022年度 明石市陸上競技協会 強化練習会 要項

1. 目的 (1) 陸上競技の練習方法を習得し、技術の向上に努め、心身ともに充実した競技者の育成を図る。  
(2) 明石市陸上競技選手をサポートし、また、明石市選手の一員としての自覚を高め親睦を深める。
2. 主催 明石市陸上競技協会
3. 実施日時

第1回	令和 4年	4月16日(土)	9:00~15:00
第2回	令和 4年	5月1日(日)	9:00~15:00
第3回	令和 4年	5月14日(土)	9:00~15:00
第4回	令和 4年	7月25日(月)	9:00~15:00
第5回	令和 4年	8月9日(火)	9:00~15:00
第6回	令和 4年	8月19日(金)	9:00~15:00
第7回	令和 5年	1月21日(土)	9:00~15:00
第8回	令和 5年	2月11日(土)	9:00~15:00
第9回	令和 5年	3月21日(火)	9:00~15:00
4. 場所 きしろスタジアム(兵庫県立明石公園陸上競技場)  
住所: 〒673-0847 明石市明石公園1-27 (078) 912-7600  
交通: JR「明石」・山陽電車「明石」駅下車 北へ徒歩5分
5. 指導者 明石市陸上競技協会強化委員を中心に、中学・高等学校の陸上競技部顧問
6. 参加者 明石市陸上競技協会に登録している、小・中・高・大・一般の陸上競技選手
7. 参加料 無料
8. 受付 競技場入り口にて受付(9:00~) ※それ以後は、直接本部へ。  
『参加確認書』を提出すること。顧問・コーチ・引率責任者も同じ。
9. 練習内容
  - \* 第1・6・7・8・9回: 自由に練習に使ってください。
  - \* 第2回: 郡市区対抗陸上大会の明石リレーチーム・明石市代表選手の調整練習 他
  - \* 第3回: 明淡姫対抗陸上大会の明石リレーチーム・明石市代表選手の調整練習 他
  - \* 第4回: 兵庫県中学総体へ向けての調整練習 他
  - \* **第6回**: 兵庫県高校ユースへ向けての調整練習 他※種目別の強化練習会、講師を招いての陸上教室等が入ることもあります。  
※**第2~5回は、調整練習以外の方の利用も可能です。**
10. その他
  - ・「明石市陸上競技協会 強化練習会 の開催について」をよく読み、感染症対策を理解したうえで参加してください。
  - ・練習中に発生した、怪我や疾病の応急処置は行うが、主催者は一切その責任を負わない。
  - ・練習の進め方について、練習開始前に参加団体、参加者と打ち合わせを行う。
  - ・高校生以下の参加については、生徒だけでの参加はご遠慮ください。