

# 高知県中長距離強化・普及合同練習会要項

## 1. 目的

- ・高知県男子長距離の中・高・一般選手が合同練習することで、交流を図り、強化と普及につなげる。
- ・大森選手の指導や走りに直接触れることにより、全国トップクラスの選手の意識や考え方を知る。

## 2. 日時 令和2年8月1日（土）・15日（土）・16日（日）

## 3. 場所 春野総合運動公園陸上競技場、その他クロカンコースなど

8月1日春野総合運動公園陸上競技場（メイン・その他）

14:00～ 大森選手による講話 15:30 練習開始

8月15日春野総合運動公園陸上競技場（メイン・その他）

14:00～ コマツ鍼灸院小松先生による講話 15:30 練習開始

8月16日春野総合運動公園陸上競技場（サブトラック・その他）

15:00～ 練習開始

## 4. 参加対象選手

強化選手（高知陸上競技協会より連絡のあった選手）

普及選手（練習会の意義に賛同する選手）

普及選手で参加される方は一度代表が木村 090-4979-2092 までご連絡ください。

## 5. 指導スタッフ

NPO 法人高知陸上競技協会男子長距離強化委員と「全高知」男子長距離トップコーチ大森輝和選手（全国都道府県対抗男子駅伝競走で大会記録の29人ごぼう抜きの快走をはじめ区間賞を3度獲得（通算では99人抜き）。5000m- 13分32秒26（2004年）10000m - 27分43秒94（2004年）

## 6. その他

練習会においては、けがなどの場合救急の処置は行いますが、熱中症やその他大きなけがの対応などはしきれません。各自で保険に入るなど自己責任の持てる方のみでの参加をお願いします。参加選手は8月1日14:00までに春野総合運動公園陸上競技場ロビーにご集合ください。