

【走高跳合同練習会について】

日ごろは陸上競技の普及や強化にご理解いただきありがとうございます。

さて、高知陸上競技協会強化部において、走高跳の夏季合同練習会を開催することとしました。シーズン後半の競技会で自己記録更新を目指した練習メニューを計画します。また、参加対象者の部活動顧問等の指導者の方々に対して、走高跳の指導方法等をご説明する機会にもしたいと考えています。多くの参加をお待ちしています。

◆練習予定日・時間・場所

8月7日(金) 9:00～12:00 春野運動公園 補助陸上競技場

※8:30頃から準備を始めます

◆参加対象

高校生及び高校生の指導者

◆練習内容

- ①ウォーミングアップ
- ②記録会形式の跳躍練習
- ③課題別の専門トレーニング

◆注意事項

※練習用具等準備のため参加人数を把握する必要があります。中高生は学校の顧問の先生を通じて、また、指導者の方は直接下記へ事前にご連絡ください。

- ・競技場使用料は各自でご負担ください。
- ・現場での事故等には応急処置を行います。その後の責任は負いかねます。
- ・練習内容は変更する場合があります。
- ・悪天候の場合、当日8時までに開催の可否を判断して連絡します。

<問い合わせ> 高知県立伊野商業高等学校 和田 直 TEL090-5912-1000