

平成27年度 兵庫県高等学校体育連盟陸上競技部西播支部 種目別練習会 実施要項

1 主 催 兵庫県高等学校体育連盟陸上競技部西播支部

2 期 日 第1回 平成27年11月7日(土)・8日(日)

9時00分～17時00分 (入場8:00)

第2回 平成28年1月16日(土)・17日(日)

9時00分～17時00分 (入場8:00)

3 会 場 ウィンク陸上競技場

所在地 姫路市中地字釈迦堂377-1 TEL 079-293-8571

飾磨工業高校グラウンド (ハンマー投)

所在地 姫路市飾磨区細江319 TEL 079-235-1951

4 練習種目

	第 1 回		第 2 回	
	11月7日(土)	11月8日(日)	1月16日(土)	1月17日(日)
午前	短	短 全般	短	短 全般
	障	障	障	障
	跳 走幅跳(男)	跳 走高跳(女)	跳 走幅跳(男)	跳 走高跳(女)
	投 円盤投	投 ハンマー投	投 円盤投	投 ハンマー投
	男子5000m計測 女子3000m計測		男子5000m計測 女子3000m計測	
午後	短	短	短	短
	障	障 全般	障	障 全般
	跳 走高跳(男)・走幅跳(女)	跳 三段跳	跳 走高跳(男)・走幅跳(女)	跳 三段跳
	投 砲丸投	投 ヤリ投	投 砲丸投	投 ヤリ投

※ 混成競技の競技力向上を目的として、それぞれの2日間を通して種目練習と同時進行で混成8種・7種目の記録会(未公認計測)を実施します。

※ 第1日目に男子5000m・女子3000mの記録計測(未公認計測)を実施します。

5 参加対象 西播地区登録選手

6 参加料 無料

7 申込方法 各高校ごとに別紙参加申込書に記入の上、下記の締め切り日までに申込書を郵送で送付して下さい。

※混成種目に参加する選手は登録番号（4桁）を、長距離計測に参加する選手は、登録番号（4桁）と記録を参加申込書に記入してください。

締め切り日 第1回 10月29日（木）

第2回 1月12日（火）

申込先 〒678-1233

赤穂郡上郡町大持207-1 県立上郡高等学校 堀内 大司 宛

TEL 0791-52-0069 FAX 0791-52-0071

8 その他 (1) 練習会の目的や健康管理などについては、各学校において参加選手への事前指導等をしていただくようお願いします。

(2) スパイクのピンは、下記を参考に全天候型ピンを使用すること。

トラック・走幅跳 …… 9 mm 以下

走高跳・やり投 …… 12 mm 以下

(3) 投てき物は各自で持参すること。

(4) ハンマー投の選手は、飾磨工業高校グラウンドに9時00分までに集合しておくこと。

9 日 程

時間	11月7日（土）	11月8日（日）	1月16日（土）	1月17日（日）
8:20	受付	受付	受付	受付
	役員打合せ	役員打合せ	役員打合せ	役員打合せ
8:50	開講式		開講式	
9:00				
	午前練習	午前練習	午前練習	午前練習
12:00				
	休憩	休憩	休憩	休憩
13:00				
	男子5000m計測 女子3000m計測		男子5000m計測 女子3000m計測	
14:00				
	午後練習	午後練習	午後練習	午後練習
16:30	競技場整備	競技場整備	競技場整備	競技場整備
		閉講式		閉講式
17:00	解散	解散	解散	解散