

平成28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28年11月12日(土)・13日(日)

12日(土) 14時00分～17時00分 (入場13:00)

13日(日) 9時00分～17時00分 (入場8:00)

第2回 平成29年1月21日(土)・22日(日)

9時00分～17時00分 (入場8:00)

3 会 場

第1回 姫路陸上競技場 (ウイック陸上競技場)

所在地 姫路市中地字釈迦堂377-1 TEL 079-293-8571

姫路商業高校 投てき場 (ハンマー投)

所在地 姫路市井ノ口468 TEL 079-298-0437

第2回 赤穂城南緑地陸上競技場

所在地 赤穂市加里屋1278 TEL 0791-45-2091

(2日間のうち、雨天の場合はその日の赤穂競技場の練習を中止とします)

姫路商業高校 投てき場 (ハンマー投)

所在地 姫路市井ノ口468 TEL 079-298-0437

4 練習種目

	第 1 回		第 2 回	
	11月12日(土)	11月13日(日)	1月21日(土)	1月22日(日)
午前	短	短 全般	短	短 全般
	障	障	障	障
	跳	跳 走高跳(女)・棒高跳	跳 走幅跳(男)	跳
	投	投 ハンマー投(姫路商業)	投 円盤投	投 ハンマー投(姫路商業) ヤリ投
		女子3000m計測 男子5000m計測 (12時30分以降順次開始予定)	女子3000m計測 男子5000m計測 (12時30分以降順次開始予定)	
午後	短	短	短	短
	障	障 全般	障	障 全般
	跳 走高跳(男) 走幅跳(男・女)	跳 三段跳	跳 走幅跳(女)	跳 三段跳
	投 砲丸投・円盤投	投 ヤリ投	投 砲丸投	投

※ 混成競技の競技力向上を目的として、第1回目11月12・13日の1.5日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。

※ 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 11月7日（月） 第2回 1月16日（月）

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

- 1 その他 (1) 第2回の練習会（赤穂陸上競技場）は、雨天等の場合、その日の練習を中止します。
 中止する場合は、当日の午前7時00分に下記の西播高体連陸上競技部ホームページに掲載しますので確認して下さい。

西播高体連陸上競技部ホームページ http://sports.geocities.jp/seiban_riku/

- (2) 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。
 (3) 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。（ウイंक競技場）

トラック・走幅跳 …… 9 mm 以下

走高跳・やり投 …… 12 mm 以下

※ 赤穂陸上競技場は、トラックがアンツーカー、幅・三段跳の助走路はオールウェザー仕様です。

- (4) 投てき物は各自で持参すること。
 (5) ハンマー投の選手は、姫路商業高校 投てき場に9時00分までに集合しておくこと。

9 日 程

時間	11月12日(土)	11月13日(日)	1月21日(土)	1月22日(日)
8:20		受付	受付	受付
8:50		役員打合せ	役員打合せ	役員打合せ
9:00			開講式	
		午前練習	午前練習	午前練習
12:00		長距離計測	長距離計測	
13:00	受付			
	役員打合せ			
14:00	開講式	午後練習	午後練習	午後練習
	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