

# 令和元年度 兵庫県高等学校体育連盟西播支部陸上競技部 種目別練習会要項

- 1 主催 兵庫県高等学校体育連盟西播支部陸上競技部
- 2 期日 第1回 令和元年11月16日(土)・17日(日)  
9時00分～17時00分(入場 8:00)
- 第2回 令和2年1月18日(土)・19日(日)  
9時00分～17時00分(入場 8:00)
- 3 会場 第1回 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
- 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、雨天中止時は高体連西播支部陸上競技部ホームページにて午前6時に発表します。

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(姫路)		第2回(赤穂)		
	11月16日(土)	11月17日(日)	1月18日(土)	1月19日(日)	
午前	短 全般	短	短 全般	短	
	障	障 全般	障	障 全般	
	跳 棒高跳	跳 走高跳(男女)	跳	跳 走高跳(男女)	
	投 ハンマー投 (飾磨工業高校)	投 砲丸投 円盤投	投 砲丸投 円盤投	投 ハンマー投 (飾磨工業高校)	
	女子3000m計測 男子5000m計測 (12時00分以降順次開始)		女子3000m計測 男子5000m計測 (12時00分以降順次開始)		
午後	短	短	短	短	指導者講習会
	障	障	障	障	
	跳 走幅跳(男女)	跳 三段跳	跳 走幅跳(男女)	跳 三段跳	
	投	投 ヤリ投	投	投 ヤリ投	

※ 混成競技の競技力向上を目的として、種目練習と同時進行で混成男子8種・女子7種目の記録会(未公認計測)を実施します。

※ 練習会と同時進行で男子5000m・女子3000mの記録会(公認競技会)を実施します。

※ 1月19日(日)の午後に投てき種目指導者向け実技講習会を実施します。

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。

※混成種目に出場する選手は登録番号(4桁)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11日(月) 第2回 1月13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

- 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。(ウイंक競技場)  
※赤穂競技場は幅・三段助走路は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16日(土)	11月17日(日)	1月18日(土)	1月19日(日)
8:20	受付	受付	受付	受付
8:50	役員打合せ	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	開講式 午前練習	午前練習
12:00	長距離記録会		長距離記録会	
13:00				投てき指導者 講習会
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
17:00	解散	閉講式 解散	解散	閉講式 解散