

令和5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5年11月18日(土)・19日(日)
9時00分～17時00分 (入場 8:00)
- 第2回 令和6年1月20日(土)・21日(日)
9時00分～17時00分 (入場 8:00)
- 3 会場 第1回 太子町総合運動公園陸上競技場
揖保郡太子町佐用岡246-1 TEL 079-277-2296
- 飾磨工業高校 (円盤投・ハンマー投)
姫路市飾磨区細江319 TEL 079-235-1951
- 第2回 ウィンク陸上競技場
姫路市中地377-1 TEL 079-293-8571
- 飾磨工業高校 (円盤投・ハンマー投)
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18日(土)	11月19日(日)	1月20日(土)	1月21日(日)	
午前	短 全般	短	短 全般	短	
	障	障 全般	障	障	
	跳	跳 走高跳	跳	跳 走高跳・棒高跳 三段跳	
	投 やり投(太子) 円盤投 (飾磨工業高校)	投 砲丸投	投 砲丸投 やり投	投 円盤投・ハンマー投 (飾磨工業高校)	
				長距離記録会 女子3000m 計測 男子5000m 計測 (12時00分以降順次開始)	
午後	跳 三段跳	短	短	短	指導者講習会・走幅跳
	投 ハンマー投 (飾磨工業高校)	障	障	障 全般	
		跳 走幅跳	跳 走幅跳	跳	
	長距離記録会 女子3000m 計測 男子5000m 計測 (15時00分以降順次開始)	投	投	投	

- ※ 雨天等による練習種目の日程等の変更・中止について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。
- ※ 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)を実施します。
- ※ 1月21日(日)の午後に指導者向け講習会(走幅跳)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 各高校ごとに別紙の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10日(金) 第2回 1月12日(金)

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) 練習会の目的や感染防止対策や健康管理などについては、各校において参加選手への事前指導・準備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) 飾磨工業高校でおこなわれる投てき種目の選手は、練習会場に午前の部は9時00分・午後の部は13時30分までに集合しておくこと。

9 日 程

	11月18日(土)	11月19日(日)	1月20日(土)	1月21日(日)
8:20	受付	受付	受付	受付
8:40	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		開講式	
	午前練習	午前練習	午前練習	午前練習
12:00				長距離記録会
13:00				指導者講習会
13:30	ハンマー投 練習開始			
14:00	午後練習	午後練習	午後練習	午後練習
15:00	長距離記録会			
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