

2023.1

第6回中高合同ハードル練習会

1 目 的

- (1) 基礎技術の徹底と基礎体力の向上を目指します。
ハードルに関する「基礎基本」についての練習を実施します。
各自で実施していただきたい簡単な内容を行います。
- (2) 中学・高校と一貫した指導を受けることでハードル技術についての知識を深めます。また、定期的に練習会を実施することで技術の定着を図ります。

2 対 象 中学1年生 ~ 高校3年生

3 日 時 2023年2月4日(土) 14:00 ~ 17:00

4 場 所 山口県立西京高等学校 グラウンド

5 指 導 者 金子 竜二 (西京高校 国体強化スタッフハードル担当)

6 申込方法

2月3日(金)18時までにメールにて学校名、参加者をご連絡ください。

[申込先] yoshihiroogawa0331@gmail.com

小川 佳宏 (光高校 県高体連競技力向上委員長 山口県国体女子監督)

7 持 参 物 練習道具、飲料、タオル、着替え等

※ スパイクについては、オールウェザー用と土用のどちらも準備して下さい。なお、ない場合は土用を持参してください。

8 そ の 他 選手のみでの参加でも構いませんが、その場合は必ず顧問、保護者の了承を得たうえで参加させてください。

9 問 合 せ 先 山口県中学校体育連盟

陸上競技部専門委員長 前原大地 090-1874-8151