

令和6年12月2日

各校陸上競技部顧問 各位

令和6年度東部強化練習会について

今月から毎月1回の練習会がスタートします。該当選手については要項とともに、追加の選手を加えた参加者名簿を添付しますのでご確認ください。指導者一覧と標準記録も添付します。参加については各校・各地域の実情を考慮し、参加・不参加の判断をお願いします。詳細については、下記内容について確認をよろしくお願いいたします。

第1回の連絡事項

- ・日 時 12月14日 土曜日 13:30～16:30 愛鷹競技場
- ・受 付 13:00～ 参加料 (300円/人) を各学校人数分まとめて納めてください。
※午前中は中学の練習会となっています。13:00まで競技場には入れません。
- ・指導者打合せ 13:10
- ・練習開始 13:30
- ・練習終了 ブロックごと解散 16:30まで練習可能です。

投てきブロックから

今年度は投てき種目全般に共通する体力と技術の養成を目的に行う予定です。
種目ごとに分けて、愛鷹競技場で全体練習をおこないます。

持ち物

- ・プレート男 10～15kg 女 7.5～10kg (同一校に複数参加者がいる場合は2人に1枚)
- ・メディシン男 3～4kg 女 2～3kg

また、練習会以外で投げを含む専門指導を希望する選手は、指導者の所属する学校の練習に参加しても構いません。ただし、事前に顧問を通じて連絡をしてください。

その他

- ・事前の連絡や天候などによる緊急なお知らせは、東部高体連ホームページと各校へのメールで連絡しますので実施日が近くなりましたら注視して下さい。
- ・強化C選手の参加について1回目から参加を認めますが、必ず各ブロック主任に参加の許可を得てください。

担当 吉原高等学校
井出俊也
電話 0545-52-1440