

平成30年3月21日

各 中 学 校  
陸上競技部顧問・選手様

東京都中体連陸上競技専門部  
強 化 委 員 会

## 平成30年度・東京都中体連陸上競技専門部・練習会の日程と注意

冬期練習会に引き続き、シーズン中も月1回のペースで、強化練習会を下記の日程で行います。日程と場所をご確認の上、東京都の選抜選手としての自覚を持って練習会に参加してください。なお、参加できる選手については平成29年度の強化指定選手です。

(棒高跳ブロックについては冬季練習会に参加した選手です。)

### 記

- 1 日程・場所 4月・・・平成30年4月15日(日) 帝京科学大学グラウンド 9:00～12:30  
(帝京大学千住グループ 総合グラウンド)  
5月・・・平成30年5月 6日(日) 帝京科学大学グラウンド 9:00～12:30  
6月・・・平成30年6月 3日(日) 多摩市陸上競技場 9:00～13:00  
7月・・・平成30年7月 1日(日) 多摩市陸上競技場 9:00～13:00

※ 4・5月の練習会は帝京大学千住グループ 総合グラウンドをお借りして実施します。初めて使わせていただく競技場になるので、迷惑のないようにしてください。帝京大学千住グループ 総合グラウンド・・・足立区千住桜木1-11-1

北千住駅 西口 下車徒歩20分

※ 6・7月の練習会は午後競技場が使えるのでブロックによっては午後練習会になるかもしれません。ブロックの先生かホームページで確認してください。

※ ブロックによっては別途練習会等を計画し、実施することもあります。

※ 天候その他で練習会が中止になる場合は、東京都中体連陸上競技専門部のホームページで確認できます。携帯電話からも見ることが出来ます。

アドレスは <http://tokyoctr.com/>

- 2 練習方法 ブロック別で、基本技能トレーニング・専門技術トレーニング、試合に向けた調整トレーニング等を行う。
- 3 注意事項 ①事故のないよう、十分にトレーニングを積んで参加してください。  
②選抜選手として恥ずかしくないような態度・言葉遣いで先生方に接し、準備片づけは全員で協力して行ってください。  
③競技場への行き帰りでトラブルのないよう注意してください。
- 4 その他 ①顧問の先生方もぜひグラウンドにて、一緒に指導をお願いします。  
②合宿練習会  
関東大会代表選手合宿(東京陸協主催)  
於 8月1日～2日 東京・夢の島  
※この合宿は、平成30年度の関東大会代表選手で行います。
- 5 連絡先 瑞穂町立瑞穂中学校 村山 毅先生  
※天候による実施の確認、欠席の連絡はご遠慮ください。