

青森市3クラブ合同練習会

<開催要項>

- 主催 青森市陸上クラブ（UACA・Will スポーツクラブ・こたけアスリートクラブ）
- 目的 青森市ないし青森県のジュニア陸上競技レベルの向上・クラブ間の交流
- 日時 令和7年 2月16日 日曜日 9:00～12:00
- 場所 カクヒロアスレチックスタジアム室内練習場（青森市宮田高瀬 22-2）
- 参加対象 上記クラブに在籍している3年生～6年生
- 参加費 500円/人
- 定員 各クラブ30名
- 申し込み期限 2月9日（日）まで
- 練習会内容(2時間予定)
全体ウォーミングアップ・3テーマに分けて各コーチによる指導・交流リレー

【第一回テーマ】※各クラブでの30分ローテーション制

- Will スポーツクラブ代表 森コーチ 「道具を用いた走りの基本動作」
- UACA 代表 新山コーチ 「走りの姿勢・腕振り動作」
- こたけアスリートクラブ代表 こたけコーチ 「バトン基礎技術」

【開場】8:45

【受付】9:00～

【開始】参加者受付終了次第 ※開始式にて各クラブ代表よりご挨拶をいただきます

【解散】11:30 予定

【閉場】12:00（※室内練習場より完全退出）

<連絡事項>

- ・ お申し込みは各クラブの指示に従いお申し込みください。
- ・ スパイクシューズは安全確保のため不要。
- ・ 受付は室内招集所にて行いますので直接こちらにお越しください。
※場所がご不明な方は、各クラブ担当の方までお声がけください。
- ・ 室内練習場まで来られる際は、施設規定の歩行者通路を必ずご利用ください。
- ・ マスクの着用は自由。
- ・ 参加費は各クラブの担当の方へ 【練習会当日まで】にお持ちください。
- ・ 荷物置き場は設けませんので各自でご管理お願いいたします。
※紛失等、クラブでは一切の責任を負いませんので、貴重品等の管理は各自でお願いいたします。
- ・ 着替え・飲み物・軽食等は各自でご用意ください。
※ごみが出た場合は必ず各自でお持ち帰りください。
- ・ 施設の破損等ないようにご注意ください。
- ・ 体調不良の場合は、直ちにスタッフまでお声がけください。
- ・ 当日欠席される場合は、必ず各クラブ代表・またはスタッフまでご連絡ください。
※当日欠席の場合、参加費の払い戻しはしない。
- ・ その他、ご不明点がありましたら各クラブ担当の方までお問い合わせください。