

## 中学生陸上競技強化練習会実施計画

- 1 主催 会津陸上競技協会
- 2 目的 競技力向上および底辺拡大を目指す。また、合同練習を通して競い合い、互いの心身の強化を図り、目標や意欲の向上を目指し各種大会での活躍につなげる。

### 3 計画

内容	期日	時間帯	会場
GW 記録会	5月3日(金)	9:00~12:00	あいづ陸上競技場
	5月4日(土)	13:00~16:00	
	4/30~5/2及び5/5も中学校優先日が指定してあります。詳しくは、会津陸協強化部年間計画をご覧ください。		
冬季強化練習会	1月19日(日) 以降毎週日曜日 8回程度開催予定	8:45~12:30	会津学鳳中グラウンド 高田中学校 あいづ陸上競技場周辺
	※強化練習会のまとめとして、遠征などを計画して実施する場合があります。		

- 4 参加者 参加希望するもので、学校単位で参加できる生徒  
参加申込み用紙にて参加生徒人数を報告する
- 5 指導者 会津陸上競技協会強化部スタッフ並びに参加校顧問
- 6 練習内容 **【GW 記録会】**
- ・地区大会前に、調整として記録会形式での練習会を実施する。
  - また、大会前の調整法などを強化部の先生から学ぶ機会とする。
- 【冬季強化練習会】**
- ・基本動作の確認
  - ・走り込み、基礎体力強化
  - ・種目に分かれての練習
  - ・記録会等
- 7 その他
- ・参加校顧問はいずれかのブロックに参加する
  - ・選手の送迎は保護者が責任を持って行う
  - ・選手の事故やけがについては原則として各校で責任を持つ
  - ※日本スポーツセンター適応できるよう、各校で部活動の対応を基本とする。
  - ・天候やその他の事情により練習会を中止する場合があります。