

# 2024年度 名古屋地区陸上教室 実施要項

目的 陸上競技における走・投・跳運動を基本動作と専門的な技術の習得と、ジュニア陸上競技者とその指導者の育成と陸上競技の普及を目指す。

主催 名古屋地区陸上競技協会

共催 (一財)愛知陸上競技協会

協賛 ミズノ

開催場所 パロマ瑞穂北陸上競技場

実施種目 短距離・中長距離・障害・跳躍・小学生

内容 走・跳運動の基礎となる動き作りの実技指導と説明  
専門的な技術と練習方法についての実技指導と説明  
補助的なトレーニングの紹介と実技指導

対象者 陸上競技に関心のある小学生、中学生、高校生、大学生、一般及びその指導者

## 開催日程

	年月日		短距離	中長距離	競歩	ハードル	走高跳	幅三段跳	小学生	受付
1回目	2024年12月14日(土)	AM	○	○	○	○	○	○	○	北陸
		PM	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	
2回目	2025年1月25日(土)	AM	○	○	○	○	○	○	○	北陸
		PM	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	
3回目	2025年2月1日(土)	AM	○	○	○	○	○	○	○	北陸
		PM	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	振り返り	

※ 本年度は、午前の部において、愛知陸上協会普及部の指導者による教室を行い  
午後は参加いただいた団体のみ、引率監督の責任のもとに振り返りとして使用可とします。

12月14日の教室にはゲストとして100m愛知県記録保持者(10秒12)本郷汰樹選手に来ていただきます。

## 当日の流れ

受付 8:30~8:50  
教室 9:00~12:30  
振り返り 13:00~16:00 完全撤収

## 参加費

	事前1回	当日受付
小学生	400円	500円
中高一般	600円	700円

※小・中学生に限り、個人で県大会3位以内入賞の生徒は参加費免除となります。

・保険について・・・事前申し込みの選手のみ対象とします。事前受付期間後も教室への申し込みは受け付けますが、保険への加入はできなくなりますことをご承知おきください。

## 申込方法

申し込みファイルのダウンロード 愛知陸協→名古屋→陸上教室申し込みファイル→入力→振込→郵送

事前申込期間	2024年10月15日(火)~11月6日(水)
申込先	守山郵便局 私書箱14号 名古屋地区陸上競技協会
申し込みアドレス	rikujokyoustitu.kyogikai@gmail.com
振込先	ゆうちょ銀行 店名:二一八 店番 218 普通預金
口座番号	9839759 受取人名義愛知陸上競技教室
	*団体名に愛知県立や名古屋市立などは絶対につけないでください。 個人登録の方は個人名で振込を行ってください。
振込期限	11月8日(金)

## その他

- ・今年度は午前クリニック・午後は各自で振り返り練習という形で実施します。
- ・Tシャツについて・・・1枚2000円で、事前注文となります。Tシャツのお渡しは、第2回目の予定です。希望者は、参加申し込み書にサイズを記入し、参加料と一緒に振込み下さい。
- ・投てき種目は知多で別日に実施します。
- ・天候により、中止となる場合があります。QRコードで実施の可否を前日午後には必ずご確認ください。
- ・今年度予備日はありません。中止や欠席による返金対応はできませんので予めご了承願います。



## 問合わせ

会場責任者 藤井 脩平(瀬戸西高校) 0561-84-7400

rikujokyoustitu.kyogikai@gmail.com

## 2024年度 名古屋地区陸上教室(投てき種目) 実施要項

目的 陸上競技における投てき種目の基本動作と専門的な技術の習得と、ジュニア陸上競技者とその指導者の育成と陸上競技の普及を目指す。

主催 名古屋地区陸上競技協会

共催 (一財)愛知陸上競技協会

協賛 ミズノ

開催場所 物産フードサイエンス1969知多スタジアム

実施種目 砲丸投・円盤投・やり投・ハンマー投・中学砲丸投げ・ジャベリックスロー

内容 投てき種目の基礎となる動き作りでの実技指導と説明  
専門的な技術と練習方法についての実技指導と説明  
補助的なトレーニングの紹介と実技指導

対象者 投てき種目に関心のある中学生、高校生、大学生、一般及びその指導者

開催日程 第1回 2025年1月13日(月) 第2回 2025年1月19日(日)

第3回 2025年1月26日(日) 予備日 2025年2月8日(土)

当日の流れ (投擲1日教室)

9:00～ 9:20 受付  
9:20～ 9:30 あいさつ・諸注意  
9:30～15:40 教室(途中、昼食休憩あり)  
16:00 競技場完全撤収

参加費

事前1回	当日
1000円	1200円

申込方法

事前申込期間 2024年11月18日(月)～11月29日(金)

申込先 守山郵便局 私書箱14号 名古屋地区陸上競技協会

申し込みアドレス rikujokyouyositu.kyogikai@gmail.com

振込先 ゆうちょ銀行 店名:二一八 店番 218 普通預金

口座番号 9839759 受取人名:愛知陸上競技教室

\*団体名に愛知県立や名古屋市立などは絶対につけないでください。

個人登録の方は個人名で振込を行ってください。

振込期限 12月4日(水)

申し込みファイルをダウンロードして、必要事項を入力してください。申し込みファイルをアドレスに送信願います。

申し込みファイルのダウンロード **愛知陸協→名古屋→陸上教室申し込みファイル** **個人申込も可能です。**

その他

・保険について…事前申込みの選手のみ対象とします。事前申込期間後も申込みは受け付けますが、保険への加入ができなくなります。

・Tシャツについて…1枚2000円で、事前注文となります。Tシャツのお渡しは、第2回目の予定です。

希望者は、参加申し込み書にサイズを記入し、参加料と一緒に振込み下さい。

**投てき器具は、必ず持参してください。**

・天候により、中止となる場合があります。QRコードで実施の可否を前日午後にご確認ください。

・中止や欠席による返金対応はできませんので予めご了承願います。

問合わせ 会場責任者 藤井 脩平(瀬戸西高校) 0561-84-7400

rikujokyouyositu.kyogikai@gmail.com

