

2019 年度 《平塚ジュニア陸上教室》 募集要項

1 主 催 平塚市陸上競技協会

2 後 援 平塚市教育委員会

3 目 的

- ・陸上競技を通じて体力の向上と豊かな人間性の育成を図る。
- ・陸上競技の楽しさを感じ、走ることや跳ぶことを好きになる。
- ・陸上競技の基本を身につけ、走運動・跳躍運動の向上を図る。

4 対 象 小学4、5、6年生（市内在住、在学）

5 会 場 S h o n a n BMW スタジアム平塚（平塚競技場）

6 開催予定日（2019年4月～2020年3月の期間で、年間11回を予定しています。）

第1回 4月20日（土） 9：00～ 12：00

Shonan BMW スタジアム平塚

*詳しい年間予定は、4月20日の第1回目に年間予定表を配布いたします。
また、確定次第「ひらつかスポーツナビ」に掲載します。

7 主な練習内容

- ①準備運動（ジョグ、ストレッチ、基本運動）
- ②基本走運動（ミニハードルを使った基本練習、基本的な走り方）
- ③投てき運動（ジャベリックボール投げ）
- ④短距離走（スタート練習、タイムトライアル、リレーなど）
- ⑤長距離走（長距離走の基本、タイムトライアル、駅伝など）
- ⑥跳躍（走り幅跳びの基本、走り高跳びの基本、トライアルなど）

<①・②・③までは、全員が共通で行い、④・⑤・⑥は各自種目を選択することになります。>

8 申し込み方法

申込書又はハガキに必要事項を記入して、店舗に直接提出か郵送、又は第1回目の受付時に提出ください。

〒254-0807 平塚市代官町4-2 Tel 21-2121

平塚スポーツ内 平塚市陸上競技協会 10：00～19：00 *水は休み

【ハガキ記入事項】学校名、学年、児童氏名、ふりがな、性別、郵便番号、住所、連絡先

※2回目以降でも随時申込み受け付けます。(ただし、会費は3,000円)教室開催日にお越しください。

9 申込期間

2019年4月5日（金）～4月18日（木）

10 会 費 3,000円 (第1回の4月20日に集金します。)

*申し込み場所(平塚スポーツ)では、会費の支払いはできません。

11 その他

- ・スポーツ傷害保険には加入します。
 - ・指導に関しては、平塚市陸上競技協会の指導者が担当します。
 - ・教室模様をひらつかスポーツナビ等で広報しますので、ご承知おき願います。
 - ・最初の受付で、ナンバーカードをお渡しします。ナンバー下段に氏名・ふりがなを記入していただきます。最後まで利用しますので、忘れずお持ちください。
- ☆「ひらつかスポーツナビ」で、教室の開催有無や記録の結果を掲載します。
- ・年間の日程表は、決定次第ナビに掲載します。
 - ・右のQRコードを読み取り、
陸上競技協会イベント一覧から
「ジュニア陸上教室」の記事を参照してください。



12 問い合わせ

平塚市陸上競技協会 理事長 木村新一 (Tel 0463-55-4335)

----- キ リ ト リ -----

(2019年度)

平塚ジュニア陸上教室申込書

学校名・学年	小学校 年	ナンバーカード(記入しない)
ふりがな 児童氏名		性別 男・女
平塚ジュニア陸上教室に申し込みます。		
(住所)	〒 平塚市	TEL _____
	保護者氏名 _____	印 _____

*記載事項に関しては、本教室以外で使用しません。また、取り扱いには注意を払うものとします。

*申し込みにより、ひらつかスポーツナビ等のメディアで教室内容の写真が掲載されることを承諾します。