

2021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 レモンガススタジアム平塚（平塚競技場）
- 6 開催予定日（2021年5月～2022年3月の期間で、年間11回を予定しています。）
第1回 5月8日（土） 9：00～ 12：00（受付は8：30～）
レモンガススタジアム平塚
*詳しい年間予定は、5月8日の第1回目に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は種目を選択して行います。>

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、提出又は郵送して下さい。

〒254-0807 平塚市代官町4-2 Tel21-2121
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、緊急連絡先、連絡メールアドレス

※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 2021年4月2日（金）～4月16日（金）

- 10 会 費 3,000円（第1回の5月8日に集金します。）

*陸上教室当日に会費をお持ちください。平塚スポーツでは支払いはできません

1 1 感染症対策

- ・陸上教室 1 週間前から①**教室前体調管理シート**を記入し、**教室当日に受付にご提出**ください。
- ・参加後 2 週間、②**教室後体調管理シート**を使用し体調チェックを行ってください
- ・在籍する学校が、感染症のため休校にしている場合、家族に感染者や濃厚接触者、その疑いがある場合は参加をご遠慮ください。
- ・マスクは予備を含め必ずご持参ください。(着脱は教室内で指示します。)

*** 体調管理シート①、②はひらつかスポーツナビの陸上教室案内ページからダウンロードしてください**

1 2 その他

- ・保護者の見学はできません。
 - ・スポーツ傷害保険に加入します。
 - ・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。
 - ・教室の様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。年度末まで使用しますので、毎回、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。



1 3 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

(2021 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		性別
児童氏名		男 ・ 女
平塚ジュニア陸上教室に申し込みます。		
(住所)	〒 平塚市	
(保護者氏名)	_____ 印	(緊急連絡先) _____
(連絡メールアドレス)	_____	

* 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。