

2026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（2026年4月～2027年3月の期間内で、年間10回を予定しています。）
第1回 4月29日（水・祝） 9：00～ 12：00（受付は8：30～）
*9時に練習が開始できるように来てください。
*詳しい年間予定は、4月29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（平塚市陸上競技協会の担当者が指導を行います。）
 - 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 申込方法 二次元コードからGoogleフォームを開き、以下の内容を入力する。
「氏名」「ふりがな」「学年（4～6年）」「性別」
「学校名」「住所」「保護者氏名」「緊急連絡先（電話番号）」
↓申込フォーム

- 9 事前申込期間 2026年4月22日（水）まで
- 10 年会費 3,000円
（荒天等、主催者の責によらない中止の場合、参加料の払い戻しは行いません。）
第1回の4月29日に会費をお持ちください。おつりのないようにご協力お願いします。

1 1 感染症対策（今後の感染症の状況によっては、変更する可能性もあります。）

- ・在籍する学校が、感染症のため休校にしている場合は参加をご遠慮ください。
- ・マスクは必要に応じてご持参ください。

1 2 その他

- ・スポーツ傷害保険に加入します。
- ・練習中の体調不良やけがの応急処置には看護師が対応します。
- ・「ひらつかスポーツナビ」で、年間の日程、悪天候の際の対応等、各種情報を掲載いたします。
- ・教室の模様をひらつかスポーツナビ等で広報します。ご承知おきください。
- ・初回の参加時に、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。

1 3 個人情報の取り扱いについて

- ・入力事項に関しては、本教室以外で使用しません。

1 4 問い合わせ

- ・平塚市陸上競技協会 理事長 福岡 修 （Tel 090-6953-5850）

ひらつかスポーツナビ↓

