

平成27年 南九州中学校三県合同中・長距離練習会（鹿児島会場）開催要項

- 1 主 催 鹿児島陸上競技協会強化部ジュニア長距離
- 2 日 時 平成27年4月29日（水） 昭和の日
- 3 会 場 鹿児島県霧島市国分運動公園陸上競技場
鹿児島県霧島市国分清水309
- 4 参加対象者 熊本・宮崎・鹿児島県の中学生
鹿児島県については、トラックレースにおいて以下の記録を平成26年4月1日から平成27年4月25日までに切った中学2・3年生
【男子】3年生 800m（2'10"00）, 1500m（4'30"00）, 3000m（9'40"00）
2年生 800m（2'13"00）, 1500m（4'40"00）, 3000m（9'50"00）
【女子】800m（2'28"00）, 1500m（5'05"00）
- 5 指導者 鹿児島県・宮崎県・熊本県の中学校中・長距離走指導者
- 6 日 程 9：00 受付
9：30 開講式
10：00 午前練習会開始（ペース JOG4000m～6000m・補強・ストレッチ等）
14：00 午後練習開始 ブロック毎にスピード練習
16：00 閉講式
16：30 解散
- 7 練習形態 男女とも種目毎に分かれて練習を行う。
- 8 申し込み 別紙申し込み用紙に必要事項を記入し、以下まで FAX かメールで申し込むこと。
4月27日（月）17:00 必着
- 9 その他 弁当を希望する場合は、申込書に記入すること。
弁当代（希望者） 500円（お茶付）

【申し込み・問い合わせ先】

出水市立高尾野中学校

小田原 秀樹

学校電話番号 996-82-0019

携帯 090-8417-7407

ファックス番号 0996-82-1512

メール takaono-jh_t1@edu-izumi.jp