

令和5年度

第1回～第5回 砲丸投ブロック「砲丸投クリニック」並びに

第1回～第4回 円盤投強化練習会要項

1 開催日時

	砲丸投(8:30～12:30)		円盤投(13:00～17:00)
第1回	令和5年12月16日(土)	第1回	令和5年12月16日(土)
第2回	令和6年1月13日(土)		
第3回	令和6年2月11日(日)	第2回	令和6年2月11日(日)
第4回	令和6年2月17日(土)	第3回	令和6年2月17日(土)
第5回	令和6年3月2日(土)	第4回	令和6年3月2日(土)

2 開催場所 カンセキスタジアムとちぎ付帯投てき場

3 練習内容 砲丸投は、砲丸投の基礎からグライド動作までを順を追って指導します。
円盤投は、円盤投の基礎から順を追って指導します。

5 持ち物 着替え・タオル・弁当・水分・軍手・砲丸・円盤・メディシンボール等
砲丸投と円盤投両方を選択する場合は弁当等

- 6 その他
- (1) 強化選手になっている生徒には、既に文書が郵送されていますので、改めて申し込む必要はありません。
 - (2) 練習内容に興味があり参加したい生徒は、12月8日(金)17:00迄に別紙申込用紙(エクセル形式)に必要事項を記入して申し込んでください。(FAXもしくはメールで)その際、必ず顧問の先生を通じて申し込んでください。本人、保護者からの申し込みは受付できません。また、**5回参加できる生徒の参加をお願いします。**
 - (3) この練習会は指導者講習会も兼ねておりますので、顧問の先生方も練習会を見学してください。
 - (4) 送迎は各学校の計画でお願いいたします。
 - (5) 今年は安全対策上以下の条件で参加を制限します。(①または②)
 - 《砲丸投》
 - ①通信県大会標準記録を突破した生徒、1年は県大会出場した生徒
 - ②投てき強化スタッフが推薦する生徒
 - 《円盤投》
 - ①大会出場の経験がある生徒で、顧問が第1回目の練習会に参加できる生徒
 - ②投てき強化スタッフが推薦する生徒

担当 桑川 伯
宇都宮市立鬼怒中学校
学校電話 028-661-6337