

## 2月 中高合同練習会（クリニック） 案内

担当：延岡市陸協・強化部 徳永（延岡商業高校）

### 1. 趣旨

県北の中高生を対象とし、各種目の専門的な技術や練習方法を指導することで競技の普及・競技レベルの向上を図る。また、中高間の連携や交流を深めると共に、指導者の資質向上にもつなげる。

### 2. 期日時間 2月24日（日）

8：30～ 9：00 受付（8：45簡単な打ち合わせ）

9：00～ 9：10 開校式（説明）

9：10～10：00 全体でW-up（スパイク流しまで）

10：00～12：00 各ブロック別練習（クリニック）

※終了はブロックごとで、閉校式はなし。

### 3. 場所 西階陸上競技場

### 4. 内容・担当（指導者はあくまでも予定です）

短距離（杉本）、障害（佐藤）、長距離（川谷）、幅跳び（今村）、  
高跳び（満吉）、棒高跳び（徳永）、砲丸（藤本）、故障組（井藤）

### 5. 申し込み方法

○前日までに団体名・人数（参加の意志）を連絡。申し込みファイルはありません。

下記メールアドレスに連絡下さい。

<申込先アドレス> [rhk9292gnkt@yahoo.co.jp](mailto:rhk9292gnkt@yahoo.co.jp)（延岡商業・徳永）

※当日参加も受けつけます。

### 6. 参加料 各1校（1団体）で500円。1～4名の場合は一人100円。（当日）

### 7. その他

○雨天時も可能な範囲で実施予定。

○本企画中の事故・ケガなどの責任は取れません。各団体で注意して下さい。

○参加料は競技場使用料などに使用いたします。

○各校の顧問・マネージャーは必要に応じてお手伝いをお願いします。

○問い合わせ先 0982-32-6348（延岡商業・徳永）