

平成23年度石川県中学校陸上競技春季強化合宿実施要項

1. 目的 本県中学生陸上競技者の技術水準の向上をはかるための強化合宿を行う。
2. 主催 石川県中学校体育連盟
3. 主管 石川県中学校体育連盟陸上競技部
4. 期日 平成24年3月24日(土)～26日(月) 2泊3日
集合24日(土) 稲置学園(星稜)総合運動場 11:15受付開始
解散26日(月) " 13:30頃
5. 会場 稲置学園総合運動場 076-253-0098 (076-253-0095)
6. 宿舍 稲置学園研修所 076-253-0098 (076-253-0095)
7. 対象者 ◎参加人数は、男女合計100名程度とする。
◎1,2年生で平成23年度活躍が期待され意欲のある者
◎次に該当するものは参加を遠慮してもらう。
①積極性がなく、学ぶ意欲が感じられない者
②規律を乱したり、他人に迷惑をかける者
8. 指導者 石川県中体連陸上競技部員
(総括責任者 専門委員長 宮崎 達也)
9. 開設種目 短距離 約20名 障害 約15名 走高跳 約15名
走幅跳 約15名 棒高跳 約5名 砲丸投 約10名
中長距離 約20名 計100名
10. 申込み 申し込みに関わる書類は、中体連陸上競技部からダウンロードしてください
各ブロック長は、合宿参加希望を確認し、ブロック参加選手を選出し
1月末日までに名簿を北星中学校 表まで提出下さい。
**合宿参加者は2月24日(金)までに宿泊生徒は様式1-1を、メールと
f a x にて下記アドレス、番号まで送付ください。**

- ・様式1-2は当日受付にて提出してください。
- ・問い合わせは表までお願いします

《申し込み先》

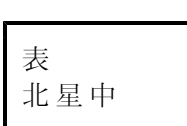
白山市立北星中学校中学校 表 洋一
Tel 076-275-4454 PHS 070-5636-8750
fax 076-275-4457
omote773 @ wm.pdx.ne.jp

- 1 1. 参加費 合宿参加費一人（13,000円）。なお、申し込み後の自己都合によるキャンセルについては必要経費の一部負担をして頂きます。キャンセルされる場合は、表まで必ず電話連絡ください。 1 2. 携行品

1 日目の昼食

トレーニングウェア、シューズ、スパイク、着替え、洗面具、保険証写し、研修所内で使用する内履き、マスク（3日分）
体温計、常備薬（湿布薬・キズバン等は選手各自で準備すること）等

- 1 3. その他
- (1) 日頃の健康管理に配慮し良いコンディションで参加すること
 - (2) 学校健康会の適応をうける。
 - (3) 新型インフルエンザの流行状況が予測が付きませんが、宿舎内では必ずマスクの着用をしてもらいます。
 - (4) 投擲ブロック参加者は砲丸、短距離ブロックはミニハードルを持参下さい。
 - (5) 期間中に発生した、傷害疾病においては緊急処置を主催者において行うが、以降の責任は負わない。
 - (6) 宿泊、合宿参加生徒は白布にて以下のように名札を作成し練習着に着用してください。



大きさ：縦15cm，横20cm
文字の色：短距離＝黒，ハードル＝黒，中長距離＝赤
跳躍＝緑，投擲＝青

1 4. 日 程

1 日目	2 日目	3 日目
	6:00起床	6:00起床
	6:30朝練	6:30朝練
11:15集合・受付開始	7:30朝食	7:30朝食
12:00開講式	9:30練習	9:00練習
13:30練習開始	12:00昼食	12:00昼食
	14:30練習	12:50清掃・後片付け
}	}	13:30閉講式・解散
《入浴》	《入浴》	
18:00夕食	18:00夕食	
《入浴》	《入浴》	
20:00ミーティング	20:00ミーティング	
21:30浴室・脱衣所整理	21:30浴室・脱衣所整理	
22:00消灯・就寝	22:00消灯・就寝	

1 5. 通い参加生徒について

- ★通い合宿参加希望の生徒に対しての条件
 - ・合宿に指導者として参加する学校の生徒
 - ・各学校の顧問が練習期間中は練習会場についてもらえる学校の生徒
 - ★今回から通い参加生徒に対しても、夏季合宿同様にTシャツ，合宿しおり込みで参加費を2000円徴収します。
- 事前に参加希望学校顧問は通い生徒申込書（様式2-1）を2月24日（金）までに上記項目10の申込先までメールとf a xで提出してください。
- なお、様式2-2と2000円は当日受付で提出してください。
- 通い合宿生徒参加に対する質問は表までお願いします。

様式 1 - 2

石川県中学校体育連盟会長様

平成 2 3 年度石川県中学校
陸上競技春季強化合宿参加承諾書

別紙要項に基づく石川県中学校陸上合宿に参加することを承諾いたします。

平成 年 月 日

学校名 _____

生徒名 _____

保護者名 _____ 印

Tシャツサイズ S M L O X O

何か連絡事項などありましたら記入して下さい。

合宿に参加する生徒は、以下の事を心がけて参加して下さい。

- ◎学ぶ気持ちをもって参加し、積極的に行動する。
- ◎時間に遅れず、きびきび行動する。
- ◎挨拶、返事は大きな声で元気よくする。
- ◎規律を守り、他人に迷惑をかけない。
- ◎使用する施設・用具を大切に使い、整理整頓に心掛ける。
- ◎自己の健康には充分注意し、体調が悪かったり、怪我をした場合は早めに申し出て無理をしない。

上記のことが守れない場合は、合宿の途中であっても帰ってもらう場合があります。

様式 2 - 2

石川県中学校体育連盟会長様

平成 2 3 年度石川県中学校
陸上競技春季強化合宿参加承諾書
(通い生徒用)

別紙要項に基づく石川県中学校陸上合宿に参加することを承諾いたします。

平成 年 月 日

学校名 _____

生徒名 _____

保護者名 _____ 印

Tシャツサイズ S M L O X O

何か連絡事項などありましたら記入して下さい。

合宿に参加する生徒は、以下の事を心がけて参加して下さい。

- ◎学ぶ気持ちをもって参加し、積極的に行動する。
- ◎時間に遅れず、きびきび行動する。
- ◎挨拶、返事は大きな声で元気よくする。
- ◎規律を守り、他人に迷惑をかける。
- ◎使用する施設・用具を大切に使い、整理整頓に心掛ける。
- ◎自己の健康には充分注意し、体調が悪かったり、怪我をした場合は早めに申し出て無理をしない。

上記のことが守れない場合は、合宿の途中であっても帰ってもらう場合があります。