

2019

クレマーージャパン 山口陸上スクール

主催：(株)クレマーージャパン (一財)山口陸上競技協会
(一財)山口県施設管理財団

後援：山口県中学校体育連盟陸上競技専門部

『スピードを磨こう!』

冬期トレーニング真っ最中のこの時期、ただひたすらに練習を積むのではなく、計画的により効果の高いトレーニングをすることが重要です。全ての種目に共通する「スピード」をテーマに、一流選手の取り組む練習方法や技術指導を体験し冬季トレーニングに生かしましょう。

2月3日(日) 維新みらいふスタジアム

参加費 一人 2,000 円 (参加記念Tシャツあり)

対象 小学生5,6年生、中学生、高校生

ゲスト講師

* 予定

男子スプリット 山本 慎吾 さん (NOBY T&F Club)
(自己ベスト 10" 50)

女子スプリット 名倉 千晃 さん (NTN)
(自己ベスト 11" 65)

投擲 大橋 忠司 さん (維新百年記念公園)
(自己ベスト 17m94)

内容

- ・ウォーミングアップ
- ・各パートトレーニング
現役選手による基礎トレーニングから、技術指導まで
様々なトレーニング

〈内容については、一部変更になる場合があります。〉



申込用紙

FAXにてお申し込み下さい → 083-920-6125

8:30 受付
9:00 開講式
9:15 トレーニング
11:30 閉講式

- * 締め切り日後のサイズ変更、キャンセルは出来ません。
- * 当日欠席の場合、Tシャツ代(¥1,500)をお支払い下さい。
- * 各学校・団体でまとめて受付をしてください。
- * 当日のけが等の応急処置は行いますが、保険等は各自で対応下さい。
- * 練習内容の動画撮影はご遠慮ください。

希望パートとTシャツサイズをご記入下さい。

パート		Tシャツサイズ (男女共通)			
男子スプリット	人	140 (140~150cm)	枚	M (160~168cm)	枚
女子スプリット	人	SS (150~158cm)	枚	L (166~174cm)	枚
砲丸投	人	S (156~162cm)	枚	2L (172~180cm)	枚

* 小雨決行 (状況によって、雨天練習場を使用する事もあります)。

学校名 _____

顧問名 _____

当日の緊急連絡先 _____

(当日中止の場合はこちらへお電話させていただきます。差し支えなければ携帯電話番号をお願い致します)

申込締切 1月15日

お問合せ・お申し込み

一般財団法人 山口陸上競技協会事務局
〒753-0815 山口市維新公園4丁目4番
維新百年記念公園陸上競技場内
TEL & FAX : 083-920-6125