

2015プロジェクト長野アスリート

ライフメッセージAC陸上競技講習会



期日 2015年11月21日土曜日

場所 松本平広域公園陸上競技場

「2015プロジェクト長野アスリート」ライフメッセージAC陸上競技講習会要項

2015年11月21日(土曜日)松本平広域公園松本陸上競技場(メイン・サブ競技場)にて「2015プロジェクト長野アスリート」ライフメッセージAC陸上競技講習会を開催致します。中学生、高校生、大学生、一般競技者(マラソン含む)どなたでも参加可能です。お友達、お仲間をお誘いあつてご参加ください。

【講習会情報】

主催 ライフメッセージAC

後援 松本陸上競技協会
有限会社文正堂スポーツ

期日 2015年11月21日(土曜日)
受付 9:00 ~ / 講習時間 10:00~12:00 (昼食 12:00~13:00) 13:00~15:00

場所 松本平広域公園松本陸上競技場(メイン・サブ競技場)

内容 日本トップ選手による陸上競技講習会、及び実業団選手との専門強化練習、講習会
・ 冬季練習に役立つ練習内容や技術、練習量のアドバイス。
・ 講習会終了後のレクリエーション等々。

特別講師 スズキ浜松アスリートクラブ(原選手・中村選手・新井選手) ※ 短距離・投擲の講習。
AC講師 短距離(岩田・吉富・高木) / 跳躍(佐藤・三澤・田中)

対象 中学生・高校生・大学生・一般(競技者・愛好者)
※ 小学生の参加に付いてですが、講習希望の方はご相談下さい。
講習会募集人数 100名 (先着順、定員になり次第締め切ります)
短距離 2教室(25名×2)
跳躍 1教室(25名×1)
投擲 1教室(25名×1)

費用 700円
※ 競技場使用料、スポーツ保険料含む。また、定員になり次第締め切らせていただきます。

募集 2015年10月19日~10月30日の間、募集受け付けを致します。

申し込み ライフメッセージAC 担当 上條健 (〒399-0703 長野県塩尻市広丘高出690番地7)

問合せ 電話 0263-53-8869(月~金 9:00~17:00) / FAX 0263-53-9118
携帯 090-3093-7555(上條)

諸連絡
・ 申し込みは、申込書にて郵送またはFAXにてお願いします。
・ 参加費用は、指定口座への振込みにてお願いします。また、振込手数料のご負担をお願いします。
・ 昼食は、各自ご準備下さい。

【振込口座 ゆうちょ銀行 記号11170 番号22309421】

※ 他金融機関からの振込の受取口座として利用される際は↓下記↓の内容をご指定下さい。
【店名 一一八 / 店番 118 / 預金種目 普通預金 / 番号 2230942】

注意事項
・ 事前に健康診断を受けて、自己の健康管理に十分に留意して参加する事。
・ 講習中発生した疾病・傷害・事故などに付いて応急処置は行いが、主催者側には以後責任を一切負わないので、その点を十分承知の上で参加する事。
・ 一日レクリエーション傷害保険に加入します。
・ 万が一の場合に備えて保険証を持参する事が望ましいと思います。
・ 参加申し込みの受け付け後の参加費返金は行えません。また参加費未納の場合は、受け付け受理が行えません。

「2015プロジェクト長野アスリート」講習会日程

2015年11月21日 土曜日

受講生			TS	役員・講師・補佐		
時間	内容	場所		時間	内容	場所
				8時30	準備説明	役員室
				8時45	特別講師来場	役員室
9時00	受付	正面エントランス		9時00	顔合・全体説明	役員室
				9時10	各班打合	役員室
9時45	開講式	メイン		9時45	開講式	メイン
10時00	講習会	メイン・サブ		10時00	講習会	メイン・サブ
12時00	昼食	各自		12時00	昼食	役員室
13時00	講習会	メイン・サブ		13時00	講習会	メイン・サブ
15時00	レクリエーション	メイン・サブ		15時00	レクリエーション	メイン・サブ
16時00	閉講式	メイン		16時00	閉講式	メイン
16時10	全体記念撮影	メイン		16時10	全体記念撮影	メイン
16時15	解散			16時15	解散・打合	役員室
				16時30	AC反省会	メイン

【注意事項】

- 競技場使用に付いて
 - ・スパイクを使用する場合は、ピンの長さは9mm以内とする。
 - ・ゴミは、各自で持ち帰り処分をする。
 - ・その他不明な事は、関係者へ確認をとり、指示に従って下さい。
- 講習に付いて
 - ・講習者は、受付にてプログラム、参加景品などを受け取って下さい。
 - ・講習者は、プログラムに記載されている種目班にて受講して下さい。
 - ・講習者は、体調や身体の異常を感じた時は、直ちに関係者へ申告して下さい。無理をせず、たのしく受講しましょう。
 - ・置き引き等の盗難事故が発生しています。貴重品は身に付けたり、お互いに自衛手段を行って下さい。
 - ・昼食は、各自でご準備下さい。

【講習会役員】

総務 (主)上條健(ライフメッセージAC) 三澤涼子(ライフメッセージAC)
 庶務 (主)金原佳代子(有ライフメッセージ) 倉科友歌(望月会計)
 短距離 (主)岩田晃(ライフメッセージAC) 高木佑希(ライフメッセージAC) 伊藤将希(ターミガンス長野)
 (原班) 浦野泰希(松本大)
 短距離 (主)吉富和弥(ライフメッセージAC) 中嶋友也(ライフメッセージAC) 柳沢貴之(ターミガンス長野)
 (中村班) 清水泰志(松本大)
 跳躍班 (講師)佐藤賢一(ライフメッセージAC) (主)三澤涼子(ライフメッセージAC) 田中美沙(ライフメッセージAC)
 松原大輝(ターミガンス長野)
 投擲班 (主)熊谷憲(ターミガンス長野) 清水拓也(文正堂スポーツ) 上原隆伸(ターミガンス長野)
 中嶋公德(セイコーエプソン) 村中智彦(順天堂大) 小澤匠(松本大)
 用器具 (主)中嶋友也(ライフメッセージAC) 伊藤将希(ターミガンス長野) 松原大輝(ターミガンス長野)
 上原隆伸(ターミガンス長野) 宮澤憲二(ターミガンス長野) 下里直弥(ターミガンス長野)
 撮影 福島健一(ターミガンス長野)