

平成28年4月12日

各中学校長 様  
各校陸上競技部顧問 様

長野陸上競技協会  
女子駅伝強化部

長野県中学女子長距離選手 4月練習会のご案内

春爛漫、桜満開の時期を迎え、皆様におかれましてはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。また、日頃より長野陸上競技協会の活動に際しまして、ご理解とご協力を賜りまして、誠にありがとうございます。

さて、女子駅伝強化部では、中学女子長距離選手の普及強化に向けて、下記の通り今年度最初の練習会を計画いたしました。年度当初のお忙しい時とは存じますが、生徒の参加をお願いします。

参加に当たっては、学校の先生（顧問の先生、担任の先生等）を通じて、別紙 申込用紙に記入後、FAXにて申し込みをお願いします。

また、今年度最初の練習会となりますので、参加者全員 保護者参加承諾書の提出をお願いします。

記

- 1 対象者 中学女子で、長距離走の競技力向上を目指している者  
※当日、怪我や故障をしておらず、走ることのできる選手
- 2 期 日 平成28年4月30日（土）
- 3 会 場 松本平広域公園陸上競技場、及び、中学駅伝周回コース（松本市今井）
- 4 日程（予定）

集合・受付	9：00	※集合は競技場入口（噴水前）
開講式	9：10	
練習	9：20～11：30	
閉講式	11：30	
解散予定	11：45	
- 5 練習内容 持久力養成を目指した練習 ※走力レベルに応じてグループ分けをします
- 6 講 師 長野陸上競技協会普及強化委員会コーチ
- 7 申し込み 申し込み期限 4月27日（木） 正午まで  
学校の先生を通じて、別紙 参加申し込み用紙にて、FAXでお申し込み下さい。  
  
申込先：FAX（0263）99-2635 鉢盛中学校 富永浩一
- 8 持ち物 **保護者参加承諾書（別紙）、選手健康調査票（別紙）、運動着、シューズ、ランパン、ランシャツ、常備薬、ウインドブレーカー（防寒替え、帽子、給水用ボトル（水筒）、雨具（カッパとかさの両方）、その他練習に必要な物**  
雨天の場合のことを考えて、雨天対策の準備をお願いします。
- 9 そ の 他 (1) 健康に留意して体調を整えてご参加下さい。  
(2) 日頃の練習で、6km以上走り続けられる力をつけてご参加ください。  
(3) ご不明な点は箕輪中学校 木下（0265-79-2107）、もしくは鉢盛中学校 富永（0263-99-2501）までお尋ねください。

# F A X 送信票

送信先 鉢盛中学校 富永浩一

F A X 0 2 6 3 - 9 9 - 2 6 3 5 (鉢盛中)

発信者 \_\_\_\_\_ 学校 \_\_\_\_\_ 様

中学女子長距離選手普及強化練習会

4月30日練習会 申込用紙

◎申込締切 開催日前の金曜日 正午まで

参加者名 (学 年)	1 5 0 0 m記録	(8 0 0 m記録)	備考
( )	' "	' "	
( )	' "	' "	
( )	' "	' "	
( )	' "	' "	
( )	' "	' "	
( )	' "	' "	
( )	' "	' "	
( )	' "	' "	
顧問名 _____ 先生 携帯 (緊急連絡用) _____ - _____			
顧問の先生の参加について 参加・不参加 ○と付けてください			

参加にあたっての連絡事項

--

学校長 様  
長野陸協様  
駅伝部長様  
駅伝監督様  
指導コーチ様

## 保護者参加承諾書

平成28年度に行われる長野県女子長距離選手練習会および合宿に参加するに当たっては保護者が一切の責任を持ち、参加させますので、ご指導よろしくお願いたします。

平成28年 月 日

参加選手名 \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ 中学校)

保護者名 \_\_\_\_\_ 印

緊急の場合の連絡先 \_\_\_\_\_ 電話 \_\_\_\_\_

参加にあたって、コーチ及び指導者への連絡事項

※ 病気、ケガ、故障など、必要な場合に記入してください。

※年間数回の練習会・合宿が行われますが、今回提出していただければ、今後の提出は必要ありません。

参加承諾書は練習会当日に本人が持参して受付時に提出して下さい。

複数 必要な場合はコピーをお願いします。

# 選手健康調査票（平成28年度）

練習会、合宿に参加する際に記入してご持参ください。

以下の内容につきましては当協会でのみ使用いたします。

記入日 月 日

選手氏名	中学校	学年
血液型 型 (Rh )	平成 年 月 日 生	
保険証	種類 記号 番号	
	発行機関	
緊急連絡先	保護者名 _____ 自宅Tel _____	
	携帯Tel _____	
	顧問監督名 _____ 連絡先 _____	
アレルギー	食物、薬等 アレルギーがありましたら、記入してください	
	あり ( )	なし
常備薬	あり ( )	なし
その他	連絡事項	
	その他	

初めて参加する練習会・合宿の折に提出をお願いします。年度が終了次第焼却処分します。