

## 2018年度JAAFアスリート発掘育成プロジェクト U13アスリートクリニック長野会場要項

- [趣 旨] スポーツの基本となる「走」「跳」「投」の運動を小学生に楽しく体験しながら学んでもらうと同時に、小学生陸上競技指導者に正しく学んでもらうために、日本陸上競技連盟が講師を派遣して実施する。
- [主 催] 日本陸上競技連盟
- [主 管] 長野陸上競技協会
- [協 賛] アシックスジャパン株式会社  
デンカ株式会社
- [講 師] 日本陸上競技連盟派遣講師 \*実技指導 5名+栄養指導 1名
- [日 程] 2019年3月9日(土)  
午前8時40分受付 陸上競技場正面入り口  
午前9時～午後15時45分まで
- [会 場] 長野県松本平広域公園陸上競技場  
および同第一・第二体育館  
\*理論/栄養講習は陸上競技場内雨天走路を予定
- [参加者] 県内小学生(4・5年生)およびその指導者・保護者を対象とする
- [定 員] 70名(小学生)以内
- [内 容] 理論講習(小学生・指導者・保護者対象): 発育発達・栄養  
実技(指導者・保護者は見学可): 基本の運動・動きづくり(種目別基本の動きを含む)

予定時間	選手・指導者および保護者
09:00～9:15	開講式
09:15～10:00	理論講習: 発育発達
10:00～10:10	移動(着替え・休憩 含む)
10:10～12:20	実技: 基本の運動および種目別(走跳投の基本)
	50m走
12:20～12:30	移動
12:30～13:30	昼食(30分)
	栄養講習(30分)
13:30～13:40	移動
13:40～15:40	混成競技 *A(100m+走高跳)・B(走幅跳+ポーテックス)
	A or Bのどちらかを選んで挑戦
15:40～15:50	閉講式
	※集合写真撮影(①totoバナー・②Denkaバナーと共に)

雨天降雪時は雨天走路・体育館での実施や、短縮日程変更となる場合もあります。  
例: 実技(基本の運動および種目別)は実施。50m走は雨天練習場にて可能であれば実施。混成競技は中止。(栄養講習後、閉講式)等

・本クリニックは傷害保険に加入しております。(熱中症にも対応) 保険内容については担当者へお問合せ下さい。

※クリニック参加中に負傷した場合に限る。

#### [参加者募集方法]

参加申し込みファイルに必要事項を入力し、下記送信先メールアドレス宛てに添付してメール送信にて申し込みください。その際ファイル名の( )内に団体名を記入してください。例) U13アスリートクリニック\_\_ (長野陸協小)

**送信先メールアドレス = fukyu@nagano-rk.com**

メール送信が困難な場合は長野陸協普及部 篠原へお問い合わせください。

受付期間 2019年2月19日(火)～3月2日(土)

尚、講習プログラムを適切に実施するために定員を設けさせていただきます。

先着順で受け付けますが定員80名に達した場合には、申込受付期間内でも締め切りとなります。何卒ご了承ください。

参加可能の有無については、受付後数日を目安にメール返信連絡をいたします。

クラブチームや小学校クラブは代表者(指導者または保護者)がまとめて申し込み、個人申し込みの場合は保護者を申込責任者としてください。

#### [服装・持ち物]

運動着、防寒着、上履き(体育館利用時に必要です。天候に関わらず必ずご持参ください。上履きの無い場合は体育館実技に参加できません。)、昼食、飲料、筆記用具

#### [その他]

雨天・降雪時は体育館で屋内実施の予定ですが、大雪等でやむを得ず中止とする場合には、前日または当日午前6時を目安に長野陸協 HP にて案内いたします。

4・5年生以外の学年の小学生は参加できません。

#### [お問合せ]

長野陸上競技協会 普及強化委員会 普及部 篠原

TEL : 090-1868-0894 E-mail: fukyu@nagano-rk.com