令和８年 11 月吉日

各団体代表者 様

（一財）長 野 陸 上 競 技 協 会
普及強化委員会ジュニア部

競技力向上対策事業 中学生対象　走高跳 技術講習会（12 月）の開催

時下 ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。平素は、本協会のためにご協力賜り深く感謝申し上げます。 さて、部活動の地域移行も進むとともに、地区大会での種目制限が撤廃されたことにより、走高跳に挑戦する機会が減ってきております。そこで、走高跳専門の指導者による初心者～中級者向けの専門的な指導が受けられる練習会を設けることで、安心して走高跳に挑戦できる場を設定しようと考えて、本技術講習会を企画いたしました。興味のある方はぜひご参加ください。

1 主　　催　(一財)長野陸上競技協会、長野県教育委員会、(財)長野県スポーツ協会

2 会　　場　松本平広域運動公園**補助競技場**

3 日　　時　令和８年 12 月５日（土）

９：００～９：１０　受付
９：２０　開講式
９：３０～１０：２０　練習①（体づくり）
１０：２０～１０：５０　練習②（走練習）
１０：５０～１１：２０　練習③（走高跳ドリル）
１１：２０～１２：４０　練習④（跳躍練習）
～１３：００　片付け・解散

※なお、天候によって変更する場合があります。

受付は補助競技場のメインストレート中ごろ。メイン競技場につながる通路にて行います。

【駐車場について】
陸上競技場正面の駐車場はジュニア部コーチ専用になります。荷物の積み降ろしもありますので、送迎も含めて保護者の方はテニスコート側の駐車場へお停めください。なお、体育館側の駐車場については陸上関係者の駐車はしないようお願いします。

4 対　　象　令和８年度　中学１年生～中学２年生
5 指 導 者　長野陸上競技協会 ジュニア部普及強化コーチ（山﨑将文）
6 持 ち 物　飲み物（多め）、昼食、練習用具、アイシング用氷のう、帽子、常備薬（必要な人）、防寒具、雨具、その他練習に必要な物
7 練習会参加に当たっての心得
（１）目的意識をはっきりともち、技術の追求をしよう。
（２）正しい団体行動に努めよう。
①大きな声で挨拶・返事 ②率先した準備・片付け ③他ブロックへの声援
（３）健康管理に十分注意しよう。
（４）お互いに友情を深めよう。 →チーム長野の力を高めよう。

12月HJ練習会

8 連　　絡
・申し込みは右側記載の QR コードを読み込んでいただき、参加の形態についても Google フォームにて回答ください。
〆切：12 月３日（水）まで
・中止等の連絡が十分に伝わりきらないことが考えられるため、降雨・悪天候等でも、基本的には実施します。参加の判断は保護者が行ってください。
・ケガをした場合は、応急処置について対応しますが、以後は各家庭で対処をお願いします。
・不明点は下記担当までご連絡ください。

連絡先　長野陸上競技協会 ジュニア普及強化部
走高跳メインコーチ 山﨑 将文（AX-IG 陸上クラブ代表　塩尻市辰野町中学校組合立両小野中学校）
PC メールアドレス　highjumpstar210@yahoo.co.jp