

令和7年10月24日

陸上競技関係者 各位

(一財) 三重陸上競技協会
強化委員長 久保幸弘
(公印省略)
普及委員長 三輪亮介
(公印省略)

三重県中学生陸上競技秋季育成練習会開催について(お願い)

平素は、本協会の発展のためにご協力いただいておりますことに感謝申し上げます。本年度も全日本中学校陸上競技選手権大会におきまして、多くの選手に活躍していただきました。これも関係者皆さまのご協力のおかげと感謝しております。今後も、この力をさらに発展させていくために、若い選手の育成が大切だと考えております。

また、令和9年度滋賀全中から女子棒高跳・男女円盤投が新種目として追加される予定のため、本年度の練習会より男女円盤投ブロックを設置します。

本年度も、中学生の育成練習会を下記のとおり開催いたしますので、所属先の生徒の参加につきまして、ご配慮を賜りますようお願い申し上げます。

記

- | | | | |
|------|---------------|-----------|------------------|
| 1 主催 | (一財) 三重陸上競技協会 | | |
| 2 日時 | 令和7年11月22日(土) | 8:30~9:00 | 受付(ゴール側審判控室前)・準備 |
| | ※雨天中止(注) | 9:00~ | 開講式 |
| | | 9:30~ | 午前練習 ※各種目で対応 |
| | | 13:00~ | 午後練習 ※各種目で対応 |
| | | 15:40~ | 閉講式 |

【砲丸投ブロックについて】

砲丸投においては、「グライド投法」と「回転投法」に取り組んでいきます。今年度、11月~3月の練習会(計5回)において「回転投法」講師として、**豊里健先生(環太平洋大学陸上競技部投擲コーチ)**をお招きし、「回転投法」の実技や講義に取り組んでいきます。指導者養成事業も兼ねますので、指導者のみの参加も可能です。三重県内に「回転投法」を普及していく目的もありますので、高校生の参加もあることをご理解ください。

(注)「回転投法」参加者は雨天決行(雨天練習場や講義を中心に進めていきます)。

- | | |
|-------|---|
| 3 場所 | 三重交通Gスポーツの杜伊勢 陸上競技場 および 第二競技場 (伊勢市宇治館町510) |
| 4 指導者 | (一財) 三重陸上競技協会中学校育成コーチ |
| 5 参加者 | 別表の練習会参加標準記録突破者 および 団体推薦枠(各校・各チーム6名まで)
(注)1年生ブロック(基礎トレーニング)の各校2名の枠は、団体推薦枠に入れません。 |
| 6 参加費 | 1人1,000円(競技場使用料、1日保険含む)
※当日受付時に学校・チームごと代表者が支払ってください。 |

- | | |
|-------|---|
| 7 申込み | ①・②どちらかの方法で申し込みをしてください。
【申し込み方法①(従来通りの方法・複数申し込み)】
所定の申込み用紙に記入のうえ、 11月7日(金)までに メールで申し込んで下さい。
様式はホームページよりダウンロードして下さい。 |
|-------|---|

MAIL: entry23mie@gmail.com

【申し込み方法②(Google フォームからの申込・1~2人用申し込み)】
下記 URL もしくは右の二次元コードから申し込みをしてください。

URL: <https://forms.gle/SwJHJPkavKvx8oTn8>

- | | |
|---------|---|
| 8 その他 | ・ケガ等のあった場合は、保険の範囲内で対応させていただきます。
・申込時の個人情報練習会の利用目的のみに使用し、第三者に提供することはありません。
・中止連絡は前日午前中までに三重陸協の HP と中体連 LINE にて連絡させていただきます。 |
| 9 問い合わせ | 059-226-5281 三重大学教育学部附属中学校 竹内 慎一郎 |



別表（参加標準記録）

種目	男子	女子
短距離	100m 12 秒 20 200m 24 秒 10 400m 56 秒 00 50m バウンディング 20 歩で行ける選手	100m 13 秒 70 200m 27 秒 20 50m バウンディング 24 歩で行ける選手
中距離	800m 2 分 16 秒 00	800m 2 分 31 秒 00
長距離	1500m 4 分 45 秒 00 3000m 10 分 00 秒 00	1500m 5 分 25 秒 00 2000m 7 分 30 秒 00
	ロード・駅伝の記録も含む(大会のみ) ※練習での記録は不可	
ハードル	110mH 18 秒 50	100mH 17 秒 50
走幅跳	5m40	4m40
走高跳	1m55	1m35
棒高跳	2m00	2m00
砲丸投	8m50	8m00
円盤投	25m 程度	20m 程度
1年生ブロック (基礎トレーニング)	各校:男女合わせて2名まで	

※顧問推薦枠について

種目特性に応じて、安全・事故防止の面から推薦枠についても基準を設けさせていただきます。

走高跳…背面跳びができて、男子ならば1m50以上、女子ならば1m30以上跳べる選手。

棒高跳…2m以下の場合、安全面の保証ができないため、公認記録ではなくてもいいが、最低限練習に参加できる2mを跳べると顧問が判断した生徒。

砲丸投…グライド投法で試合に出られる選手。

円盤投…ターンで投げている/取り組んでいる選手