

令和元（2019）年 9 月 28 日

陸上競技部顧問各位

東京都高体連陸上競技専門部
第 5 支部長 安藤秀紀
第 6 支部長 小野哲史

第 5 ・ 6 支部 跳躍 ・ 投てき ・ 競歩講習会

（兼 秋季競技会 3 日目）

☆跳躍・投てき・競歩のみの講習会となりますので、ご注意ください。投てき講習会に参加する人は、必ず投てき用具を持参してください。

主 催) 東京都高等学校体育連盟

主 管) 東京都高等学校体育連盟陸上競技専門部 第 5 ・ 6 支部

期 日) 令和元（2019）年 11 月 23 日（土） 9:00～16:00

*講習会は雨天中止(小雨決行)とします。競技会3日目種目は講習会中止の場合でも行います。

時 間)

①跳躍(全種目)：9:00～12:00

②投てき（ハンマーを除く）：13:00～16:00

③競歩：13:00～16:00

☆投てき練習には投てき器具を必ず持参ください。

☆すべての種目で開始 15 分前に集合してください。

なお、短距離および中長距離の講習会はありません。

・競技会：9:30～11:10 男子 1500m 走・女子 1500m 走

11:10～12:55 男子 5000m 走・女子 3000m 走

場 所) 上柚木競技場

参加費) なし

内 容) ● 5 ・ 6 支部の強化委員の先生方が指導します。

● 投擲競技は、フリーの練習会となります。

注 意) * 万一の事故の場合に、高体連陸上競技専門部として責任を負えませんので、極力、顧問の先生方の引率をお願いいたします。