

平成31（2019）年4月2日

陸上競技部顧問各位

東京都高等学校体育連盟陸上競技専門部

第5支部長 安藤秀紀

第6支部長 小野哲史

3000m 障害走 練習会について

多摩地区選手権大会では3000m障害走を種目として取り入れております。

つきましては、その練習会を下記のように行いたいと考えます。当該大会参加者のみならず、いずれは3000m障害走に挑戦してみたいという希望のある選手には、積極的に参加いただきたいと望んでおります。

なお、投擲練習（ハンマー投を除く）も可能です。

記

期 日：令和元（2019）年8月13日（火）

競技場：上柚木公園陸上競技場（南大沢駅・徒歩18分）

時 間：午前9時集合 雨天決行

3000m障害走練習会参加者に

- ① 全天候用（タータンピン）のスパイクを必ず持参してください。
- ② 危険を伴う競技のため、顧問の先生方（あるいは選手の保護者）の引率をぜひお願いいたします。事故があった場合、主催者としては応急の処置しかできません。

その他

- ☆ 当日は競技場を全日（午後4時30分まで）5・6支部で借り切っています。3000m障害走の練習が優先ですが、他の競技の練習も自由にできます。

以上