

2024年度 跳躍クリニック実施要項

宮崎陸上競技協会
強化部 跳躍ブロック

1. 趣 旨

小学生、中学生、高校生を対象に跳躍種目の普及・強化を目的とし、各種目の専門的な技術や練習方法を指導することにより、競技レベルの向上を図る。
また、合同で練習を行うことにより、各種目間の連携を深めると共に、指導者の資質向上に資する。

2. 内 容

- ①全種目共通トレーニング（ウォーミングアップ）
 - ・動きづくり、一般的体力トレーニング
- ②種目別実技（専門的基礎トレーニングの紹介と実践）
 - ・各ブロックに分かれて担当者によるトレーニング

3. 期 日

期 日	時 間	会 場
5月18日（土）	13:00～16:00	ひなた宮崎県総合運動公園第3競技場
6月22日（土）	13:00～16:00	ひなた宮崎県総合運動公園第3競技場
9月 7日（土）	13:00～16:00	未定
1月11日（土）	9:00～12:00	延岡市運動公園西階陸上競技場
2月15日（土）	13:00～16:00	小林市総合運動公園市営陸上競技場
3月 8日（土）	13:00～16:00	未定

※天候や会場使用の関係で、中止や変更等がある場合がありますので、ご了承ください。その場合、宮崎陸上競技協会ホームページにて変更内容を掲載しますのでご確認ください。

※1月12日のクリニックについては、県北の中高生を対象とします。

4. 参加資格

- (1) 2024年度各都道府県陸上競技協会登録者であること。
- (2) クリニック中に発生した傷害・疾病について応急処置は主催者側で行うが、以後の責任は負わない。各自でスポーツ安全保険等に加入しておくこと。
- (3) 小学生の参加については5・6年生とし、必ず指導者が引率すること。

5. 参加料

- (1) クリニック参加料は、1人300円とする。当日、受付時に徴収します。
- (2) 参加料は理由の如何にかかわらず返金しない。

6. クリニックスタッフ（所属は2023年度のもの）

氏 名	所 属	担 当
外 蘭 武志	宮崎陸協	走幅跳・三段跳
安在 倫孝	住吉中学校	
秋吉 知洋	日南高校	
宮地 杏美	都城泉ヶ丘高校	
今村 航大	高城高校	
北林 涼馬	生目中学校	走高跳
熊瀬川 義浩	木花中学校	
徳永 邦弘	門川高校	
永松 幸一	都城工業高等専門学校	
大津 瑛	宮崎商業高校	棒高跳
川越 春来	祝吉中学校	
岩切 晋作	宮崎第一高校	
工藤 英世	宮崎南高校	総務・庶務係

7. 申し込み方法

宮崎陸上競技協会ホームページ (<http://www.miyariku.org>) から申し込みファイルをダウンロードし、必要事項を記入後、メールで申し込むこと。参加種目の記入漏れがないようにしてください。

申し込みメールアドレス：chyouyaku_miyazaki@yahoo.co.jp

クリニック1週間前までに申し込みをすること。

※問い合わせ先：宮崎陸協 強化部 跳躍ブロック 工藤 英世 電話 0985-51-2314（宮崎南高校）