

各校 陸上部顧問  
選手 父兄 各位

令和6年8月19日  
釧路地方陸上競技協会  
長距離コーチ スタッフ

## 長距離練習会の案内

8月に入り、涼しいといわれる釧路も暑い日が続いていますが、選手の皆さん体調や練習の調子はいかがでしょう。今月末には新人戦が控えていますが、9月以降、釧路ではなかなか大会が行われません。そこで、長距離を対象に練習会を開催したいと考えています。10月の大会で良いシーズンの締めくくりができるよう9月の練習を一緒に頑張りませんか？どなたでも参加できますが、参加する際には、各学校の顧問の先生、保護者と相談して参加するようお願いいたします。

日	月	火	水	木	金	土
8/25 新人戦	26	27	28	29	30	31 小森陸上教室 (10:00~12:20) 練習会 (14:30~16:00)
9/1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14 全道新人 標茶駅伝
15 全道新人 練習会 (10:00~12:00)	16	17	18	19	20	21 練習会(駅伝) (10:00~16:00)
22 練習会(駅伝) (10:00~16:00)	23	24	25	26	27	28
29 南部忠平記念	30	10/1	2	3	4	5 タイムトライアル (13:00~14:30)

8/31 (土) 14:30~16:00

9/15 (日) 10:00~12:00

9/21、22 (土・日) 10:00~16:00(釧路地方陸協駅伝メンバー)

10/5 (土) 13:00~14:30 (14:00 から男子 2000m、女子 1500mのタイムトライアルを実施する予定です。アップ等各自で行う形になるので自分の時間にあわせて来てください。なお、全道中学駅伝のメンバーに関しましては選考の基準になりますので原則参加をお願いいたします。)

場 所：釧路市民陸上競技場

連絡先：大沼 龍之介 TEL 090-2879-3711

備考：予定の変更等もある可能性があります。陸上競技協会 HP 案内を出しますので、ご確認宜しくお願い致します。

