

2018長崎スターレディーズキャンプ(NSLC)MIXトライアル

- 1 主催 一般財団法人長崎陸上競技協会
- 2 主管 一般財団法人長崎陸上競技協会女性部
- 3 日時 2018年8月11日(土・祝)
- 4 場所 トランスコスモスタジアム長崎(県立総合運動公園陸上競技場)
県立総合運動公園補助陸上競技場
- 5 種目

【中学女子】100m/100m	【高校・一般女子】100m/200m
【中学女子】100m/200m	【高校・一般女子】100m/300m
【中学女子】100m/走幅跳	【高校・一般女子】100m/走幅跳
【中学女子】100m/走高跳	【高校・一般女子】100m/走高跳
【中学女子】100m/ジャッジリックスロ-	【高校・一般女子】100m/やり投げ
【中学女子】100m/砲丸投げ	【高校・一般女子】100m/砲丸投げ
【中学女子】100m/100mH	【高校・一般女子】100m/100mH
【中学女子】1500m/1000m	【高校・一般女子】1500m/1000m
	【中学・高校・一般女子】2000mW
- 6 参加資格 2018年度長崎陸上競技協会登録競技者(中学・高校・一般)
ふるさと登録選手(一般)
- 7 参加制限 1人1種目 **種目番号を申込用紙に記載してください。**
- 8 申込先 【FAX】 **長崎商業高等学校：奥浦 大 FAX 095-887-2424**
【メール】 **ns1c@jaaf.nagasaki.jp**
- 9 申込締切 **7月26日(木)必着 遅れた場合は受付できません。**
- 10 申込要領
長崎陸協のホームページよりダウンロードし、必要事項を記入後、申込手続きを行ってください。
申込先にFAXまたはメールにて申込してください。
競技時刻については、長崎陸協ホームページを確認すること。
- 11 競技規則
2018年度日本陸上競技連盟競技規則による。
招集については、トラックは競技開始15分前、フィールドは競技開始30分前にスタート地点で行う。
ナンバーカードは指定されたものを胸背部につけること。ただし、跳躍競技は片方だけでも良い。
競技会は非公認とする。
全種目中学、高校、一般の同時スタートとします。
走幅跳、砲丸投、やり投げ、ジャッジリックスロ-については試技数を3本とする。
走高跳は1m10cmから1m45cmまでは5cm。以降は3cmとする。

12 その他

大会中に起こったケガ等は応急処置のみ行う。

事前に傷害保険に加入しておいてください。

当日のゴミは各自持ち帰りください。

学校の引率の先生は、必ず記録測定の手伝いをお願いします。

監督会議を 8：30～メイン競技場エントランスで実施します。

競技会終了後、十八銀行女子陸上部所属選手による講演、各専門種目別練習及びワークショップを開催します。(参加は自由ですが学校での申込をお願いします)

【競技会の流れ】

(1) 100m走

中学生、高校一般選手 mix して実施(トラック種目は写真判定とします)

(2) 各種目別トライアル

～ 14：00 競技終了予定～

～ 14：30 十八銀行女子陸上部所属選手による講演、各専門種目別練習及びワークショップ～

中学生から一般選手までの意見交換や練習方法の実践

～ 16：30 終了予定～

日程は場合により変更があります。当日、場内アナウンス等でご確認ください。

13 問合せ先

田川 藍 携帯 090-7386-1641 メール ns1c@jaaf.nagasaki.jp

14 お知らせ

(1) 8月11日(土・祝) 14：30～ トランスコスモススタジアム長崎(メイン)
・十八銀行女子陸上部ワークショップ

(2) 11月23日(金・祝) 9：00～17：00 県立総合運動公園補助陸上競技場(サブ)

日本体育大学陸上部【大村邦英先生】講演

・体の使い方・動かし方講座リレーのバトンパス練習方法(予定)

指導者で見学希望の方はどなたでも参加可能です。(男女問いません)

(3) 2月10日(日) 9：00～17：00 県立総合運動公園補助陸上競技場(サブ)
・トラストコーチング【上野一歩先生】講演(テーマ：目標設定の立て方)+ブロック練習(予定)

【タイムテーブル(案)】

(トラック)

9：00 2000mW
9：30 1500m
10：00 100m
11：30 1000m
12：00 中学100m
12：50 中学・高校一般200m
高校一般300m
13：10 中学100mH
13：30 高校一般100mH
14：00 競技終了

(フィールド)

11：30 中学・高校一般 走高跳
中学・高校一般 砲丸投
13：00 中学・高校一般 走幅跳
中学・高校一般 ジャベリック知-・やり投
14：00 競技終了