

2020 山梨県陸上競技協会 投擲ブロック強化練習計画

<目的>

- ・山梨県の競技者、指導者における投擲レベルの向上
- ・令和3年度インターハイ、第76回国民体育大会の出場者、入賞者の育成
- ・投擲技術についての情報交換会

<日時>

日程	曜日	時間	場所	備考
12/5	土	AM8:30~12:00	農林高校	円盤、ハンマーを主
12/12	土	PM12:00~16:30	小瀬(補)	砲丸、やりを主
1/9	土	AM8:30~12:00	小瀬(補)	砲丸、やりを主
1/16	土	AM8:30~12:00	農林高校	円盤、ハンマーを主
1/23	土	AM8:30~12:00	小瀬(補)	砲丸、やりを主
1/30	土	AM8:30~12:00	農林高校	円盤、ハンマーを主
2/6	土	AM8:30~12:00	小瀬(補)	砲丸、やりを主
2/13	土	AM8:30~12:00	小瀬(補)	砲丸、やりを主
2/20	土	AM8:30~12:00	農林高校	円盤、ハンマーを主
2/27	土	AM8:30~12:00	農林高校	円盤、ハンマーを主
3/13	土	AM8:30~12:00	農林高校	円盤、ハンマーを主
3/20	土	AM8:30~12:00	小瀬(補)	砲丸、やりを主

※中学生に関しては、どの回に来ていただいても「砲丸」の練習もできるようにします。

<場所>

小瀬補助競技場、農林高校

<対象者>

強化対象投てき選手（誰でも参加可）
投てき指導者

<指導者>

前田裕孝、中村亮、吉田裕貴、加賀美昌宏、仙澤亜沙美、岩尾怜奈、小林えりか、武井仁美、
村田雅弥、高橋大地、青沼李軌、萩原怜、（栄野比ホセ） 他

<持ち物>

練習道具（室内履き）、投てき物

<その他連絡>

◎当日、コロナ対策のため山梨陸上競技協会HPの「山梨陸協事業」健康管理チェックシートの提出を必ずしてください。

○指定された場所時間に各自で集合をお願いします。

○指導者の協力・配慮をお願いします。

○雪・雨天中止の場合は、山梨陸上競技協会HP「トピックス」に当日朝6時30分までに掲載します。
（室内で行う可能性もあるので、HPをチェックするようにお願いします。）

何か疑問点があれば、下記の中村まで連絡をください。

山梨県陸上競技協会強化部
投擲主任 中村 亮
携帯電話 090-7313-8876