

3/28(土) 卒業記念記録会を実施します

6年生の卒業を記念して、記録会を開催します。普段あまり大会に参加していない人も、競技場で記録を計るチャンスです。クラブ内記録会ですので、気軽にチャレンジしてください。

○場所 渋川総合公園陸上競技場(雨天中止)

○対象 現部員+保護者・卒業生等

○実施種目

・年長～2年 50m・500m・立幅跳・くつとばし(全員4種目実施)

・3～4年 100m・800m・40mフレキハードル・走幅跳・走高跳・ボール投げ

・5～6年 100m・800m・50mハードル・走幅跳・走高跳・ボール投げ
(3～6年生はやりたい種目に参加する。何種目でもOK。)

※ハードル 3・4年 アプローチ12m・インターバル6m・高さ52cm・4台(フレキ使用)

5・6年 アプローチ13m・インターバル7m・高さ60cm・5台

・保護者、卒業生等 参加したい種目に自由にご参加ください。(無理しないように)

保護者の皆様には、記録測定・スターター・記録記入・砂場整地等のお手伝いをお願いいたします。たくさんのお手伝いが必要ですので、積極的に仕事に入ってください。

タイムテーブル

	5・6年	3・4年	年長・1・2年	
9:00	ウォームアップ (基本練習)			9:00
9:30	スパイク等準備		50m (2回) ※バックストレート	9:30
10:00	100m (外側5レーン使用)	走幅跳 走高跳(70cm~) ボール投げ		10:00
10:30	走幅跳 走高跳(80cm~) ボール投げ	100m (外側5レーン使用)	500m	10:30
11:00			くつとばし (試技2回)	11:00
11:30	800m ハードル 5・6レーン 中学年40mハードル (フレキ) 7・8レーン 高学年50mハードル (通常)		立幅跳 (試技2回)	11:30
12:00				12:00

○年長～2年生 全員4種目実施
○3年生以上 自分でやりたい種目に参加する (何種目でもOK)