

## 強化練習会

- 1 目的 冬期間における全身持久力の向上を図る
- 2 主催 札幌陸上競技協会強化委員会
- 3 期日 平成23年2月27日(日)
- 4 会場 八剣山果樹園特設コース 札幌市南区砥山126 会場案内 [www.hakkenzan.jp](http://www.hakkenzan.jp)
- 5 種目 60分間走(果樹園内の圧雪された走路を60分間で何周できるかを競う)
  - ・個人種目(男女別 小学生の部、中学生の部、高校一般の部)
  - ・チーム種目(2人以上5人以内) \*性別及び年齢の区別なし
- 6 対象 日常的に練習している小学生以上の男女
- 7 参加費 一人1,500円(会場使用料、昼食代)
- 8 ルール
  - ・コースは若干起伏のある1周約400Mのコース。
  - ・靴底に金属ピンがついた靴は禁止とする。
  - ・チームの部の走者の交代は定められたエリア内でのみ行う。走者の交代の際はたすきを手渡す。
  - ・順位は60分を超えたのちゴールした時点での周回数で決定する。周回数が同じ場合は着順で判定する。
- 9 賞典
  - ・個人種目(男女別・区分別)とチーム種目それぞれの1位から3位までに賞品を授与する。また、参加者全員に参加賞を授与する。
- 10 日程
  - 9:00 受付(～9:30)
  - 9:40 コース試走
  - 10:15 競技開始
  - 11:15 競技終了
  - 11:45 結果発表、表彰
- 11 申込
  - ①別紙申込書に必要事項を記入し、**2月22日(火)**までに申し込む。
  - ②申込先: E-MALE [tomomtb58480@yahoo.co.jp](mailto:tomomtb58480@yahoo.co.jp)  
FAX 011-853-0396 (札幌西岡北中学校)
  - ③参加費は当日朝、会場で支払う。(つり銭のないようお願いいたします)
- 12 その他
  - ・会場には暖房施設のある休憩所があります。
  - ・参加者には主催者で用意したナンバーカードを貸与します。
  - ・会場には飲み物の自動販売機があります。
  - ・昼食(ジンギスカン1人前1000円)を別途希望する場合は、申込書の昼食希望欄に必要な数を記入してください。料金は当日申込者が直接支払ってください。
  - ・問い合わせは E-MAIL または電話でお願いします。  
西岡北中 井上 011-853-2422 080-5581-5148
  - ・小、中、高の引率者の方には、若干のお手伝いをお願いします。(周回記録等)

# 強化練習会 参加申込書 (個人)

[tomomtb58480@yahoo.co.jp](mailto:tomomtb58480@yahoo.co.jp) (FAX 011-853-0396)

ふりがな		生年月日	年 齡	性 別
氏 名		年 月 日	歳	男・女
住 所	〒 Tel — — Fax — —			
所属		学校	小・中・高・大	学年
E-mail				
昼食希望	・別途昼食を希望します ( ) 人分			

## 誓約書 (個人)

1. 私は、主催者が設けた全ての規約、規則、指示等に従うことを同意します。
2. 私は、競技中及び付帯行事の開催中に発生した負傷・死亡・破損事故及び、加害・被害等を問わず一切の事故は私自身の責任とし、私自身及び私の家族代表者、保護者等関係者はその原因の如何を問わず、主催者及び関係者に対する責任の一切を免除し、補償請求致しません。
3. 私は、競技開催中、私個人の所有品に対し、一切の責任を持ち、紛失等の被害が生じても補償請求致しません。
4. 私は、降雨、強風などの気象状態、その他の事故などにより、競技が中止または変更になった場合、主催者の判断による指示に従います。

平成 23 年 2 月 日

参加者氏名 (高校生以下は保護者名を必ず記入)

\_\_\_\_\_ 保護者名 \_\_\_\_\_

# 強化練習会 参加申込書 (チーム)

[tomomtb58480@yahoo.co.jp](mailto:tomomtb58480@yahoo.co.jp) (FAX 011-853-0396)

チーム名

--

①代表者

ふりがな		生年月日	年 齢	性 別
氏 名		年 月 日	歳	男・女
住 所	〒			
	Tel	-	-	Fax
所属		学校	小・中・高・大	学年
E-mail				
昼食希望	・別途昼食を希望します ( ) 人分			

②メンバー

ふりがな		生年月日	年 齢	性 別
氏 名		年 月 日	歳	男・女
住 所	〒			
	Tel	-	-	Fax
所属		学校	小・中・高・大	学年

③メンバー

ふりがな		生年月日	年 齢	性 別
氏 名		年 月 日	歳	男・女
住 所	〒			
	Tel	-	-	Fax
所属		学校	小・中・高・大	学年

④メンバー

ふりがな		生年月日	年 齢	性 別
氏 名		年 月 日	歳	男・女
住 所	〒			
	Tel	-	-	Fax
所属		学校	小・中・高・大	学年

⑤メンバー

ふりがな		生年月日	年 齢	性 別
氏 名		年 月 日	歳	男・女
住 所	〒			
	Tel	-	-	Fax
所属		学校	小・中・高・大	学年

誓約書（チーム）

1. 私は、主催者が設けた全ての規約、規則、指示等に従うことを同意します。
2. 私は、競技中及び付帯行事の開催中に発生した負傷・死亡・破損事故及び、加害・被害等を問わず一切の事故は私自身の責任とし、私自身及び私の家族代表者、保護者等関係者はその原因の如何を問わず、主催者及び関係者に対する責任の一切を免除し、補償請求致しません。
3. 私は、競技開催中、私個人の所有品に対し、一切の責任を持ち、紛失等の被害が生じても補償請求致しません。
4. 私は、降雨、強風などの気象状態、その他の事故などにより、競技が中止または変更になった場合、主催者の判断による指示に従います。

平成 23 年 2 月 日

参加者氏名（高校生以下は保護者名を必ず記入）

①代表者

\_\_\_\_\_

保護者名

\_\_\_\_\_

②メンバー

\_\_\_\_\_

保護者名

\_\_\_\_\_

③メンバー

\_\_\_\_\_

保護者名

\_\_\_\_\_

④メンバー

\_\_\_\_\_

保護者名

\_\_\_\_\_

⑤メンバー

\_\_\_\_\_

保護者名

\_\_\_\_\_