

各校 陸上部 顧問
選手 父母 各位

釧路陸上クラブ 7 月練習日について

暖かい日も増え、中学生は中体連、通信陸上に向けて最後の追い込みをかけている時期かと思います。特に3年生は最後の中体連になるので悔いのないよう大会に挑んでください!! 1, 2年生については失敗を恐れず自己ベスト目指して全力で頑張ってください。

そして、7月には南部記念陸上兼北海道陸上選手権が釧路で開催されます。この大会にはクラブのコーチ陣も出場します。各コーチは生徒に良い姿を見せられるよう頑張って練習しましょう!!

7月の練習日程が確定しましたので、下記のとおりお知らせします。

新規入会希望者も随時受け付けております。まずは体験練習だけでも構いませので、気軽に参加してみてください。

クラブ会員及びコーチ・スタッフ一同お待ちしております。

令和 7 年 7 月練習予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 練習日 (全体)	3	4	5 ※練習日(全体) 13:00~15:00
6	7	8	9 練習日 (全体)	10	11	12 ★南部記念 ★道選手権
13 ★南部記念 ★道選手権	14	15	16 練習日 (全体)	17	18	19 ※練習日 (全体)
20	21(海の日)	22 ★全道中体連	23 練習日(全体) ★全道中体連	24 ★全道中体連	25	26 競技場使用不可 (練習お休み)
小中学校夏休み期間						
27 ★湿原マラソン	28	29	30 練習日 (全体)	31		

水曜: 18:00 ~ 19:45 (競技場及び室内)
土曜: 10:00 ~ 12:30 (競技場及び室内)

※5日(土)は、午前中競技場が利用不可のため、13時開始となります。

※19日(土)は、競技場が利用不可のため、各ブロックコーチに練習場所を確認してください。

その他

- ・ 競技場の使用料と照明代を支払ってください。(会費には含まれていません。)
- ・ 学校の練習がある日は顧問への確認、同意のもと参加してください。
- ・ 感染症対策は各自やれることを実施してください。
- ・ 後片付けをしっかりとしましょう。
- ・ 暖かい日も増えてきましたので、水分補給等はこまめに行ってください。
- ・ 挨拶を元気よく皆にしましょう!!

ス タ ッ フ

< 代 表 >

本田 貢 (釧路地方陸上競技協会 理事長)

< 事 務 局 >

事務局長 : 弓場 由紀子 (釧路地方陸上競技協会 事務局)
: 山下 大輔 (釧路市役所)

< 短 距 離 ・ 跳 躍 >

ヘッドコーチ : 加藤 大嗣 (一般社団法人 スカイファーム)
コーチ : 川口 宥 ((株) 釧路ハイミール)
コーチ : 越田 純一郎 (釧路信用金庫)
コーチ : 萬屋 佐愛 (三ッ輪運輸(株))
コーチ : 榎本 野々花 ((株) 柳 月)

< 長 距 離 >

チーフコーチ : 片岡 祐介 ((株) 大塚製薬工場)
コーチ : 高橋 昌也 ((株) 釧路厚生社)
コーチ : 大沼 龍之介 (桜が丘小学校) ([日本陸連公認ジュニアコーチ](#))
コーチ : 鈴木 大聖 (釧路新聞社)
コーチ : 伊藤 一晟 (標茶町役場)

< 投 擲 >

チーフコーチ : 山下 大輔 (釧路市役所)
コーチ : 阿部 冬彩 (釧路市役所)
コーチ : 鈴木 小絢 ((株) 稲澤組)
コーチ : 工藤 遥澄 (白糠町役場)
コーチ : 森 祥真 (根室市役所)

上記以外にも臨時コーチがいる日もあります。
コーチをしてみたい方もご連絡ください。