

各校 陸上部 顧問
 選手 父母 各位

釧路陸上クラブ 8 月練習日について

中体連・通信陸上地区大会が終わり、全道に出場した選手についても地区大会とは違う緊張感を含め
 良い経験が出来たかと思えます。1・2年生については新人戦に向けて心新たに練習に取り組んでいるか
 と思えます。これから夏休みを迎え、秋の大会に向けて皆さん体調に気をつけながら、自己ベストを目指し
 練習を頑張ってください。

8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んので、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 8 月練習予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 ★リレー記録会
小中学校夏休み期間						
3	4	5	6 練習日(全体)	7	8	9 ★国スポ全道 練習日(短・長) (投擲休み)
小中学校夏休み期間						
10 ★国スポ全道	11(山の日)	12	13 練習日(全体) (長距離休み)	14	15 ◎短距離 2部練習	16 ◎全種目 2部練習
小中学校夏休み期間						
17	18	19	20 練習日(全体)	21	22	23 ★新人地区
小中学校夏休み期間						
24 ★新人地区	25	26	27 練習日(全体)	28	29	30 小森陸上教室 (クラブ練習休み)
31 ★道ジュニア						

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)

2部練習(午前): 10:00 ~ 12:00 (競技場及び室内)

2部練習(午後): 13:00 ~ 16:00 (競技場及び室内)

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。
- ・ 暑い日が増えていきますので、水分補給を含む熱中症対策は各自行ってください。
- ・ 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。