

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

中体連が終わり全道大会や新人戦に向けて、各々目標記録に向けて日々努力していることかと思えます。最近気温も上がってきて、やっと夏を感じられるようになってきました。水分補給等をし熱中症には気を付けて残りのシーズンも頑張っていきましょう。

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 8 年 8 月練習予定

日	月	火	水	木	金	土
						1 リレー記録会
					小中学校夏休み	
2	3	4	5 練習日 (全体)	6	7	8 練習日 (全体)
小中学校夏休み						
9	10	11 山の日	12 練習日 (全体)	13	14	15 練習日 (全体)
小中学校夏休み						
16 根室シーサイド マラソン	17	18	19 練習日 (全体)	20	21	22 新人戦①
小中学校夏休み						
23 新人戦②	24	25	26 練習日 (全体)	27	28	29 練習日 (全体)
30	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)

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。
- ・ 挨拶を元氣よく皆にしましょう!!

ス タ ッ フ

< 代 表 >

山下 大輔 (釧 路 市 役 所 / 釧路地方陸上競技協会 普及委員長)

< 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)

< ヘッドコーチ 兼 長距離チーフコーチ >

高橋 昌也 (株 釧 路 厚 生 社 / 釧路地方陸上競技協会 副強化委員長)

< 短 距 離 ・ 跳 躍 >

チーフコーチ : 越田 純一郎 (釧 路 信 用 金 庫)

コーチ : 川口 宥 ((株) ア イ テ ス)

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 >

コーチ : 片岡 祐介 ((株) 大 塚 製 薬 工 場)

コーチ : 大沼 龍之介 (茶内小学校) ([日本陸連公認ジュニアコーチ](#))

コーチ : 鈴木 大聖 (白 糠 町 役 場)

< 投 擲 >

チーフコーチ : 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。