

各校 陸上 部 顧問
選手 父母 各位

釧路陸上クラブ9月練習日について

シーズンも終盤となり、選手の皆さんも自己ベストや上位大会を目指して頑張っていることかと思ひます。釧路もやっと暑い日が増えてきました、水分補給をし熱中症等の体調不良にならないよう気をつけながら、残り1か月のシーズンを笑顔で終われるように練習頑張りましょう。

9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9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)
6 北海道ジュニア	7	8	9 練習日 (全体)	10	11	12 秋季選手権 (今季最終戦)
13 全道小学陸上	14	15	16	17 練習日 (全体)	18	19 練習休み 全道中学新人
20 全道中学新人	21	22	23	24 練習日 (全体)	25	26 練習日 (全体)
27	28	29	30			

水曜・木曜： 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 〉

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 〉

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 (㈱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 ((㈱) ア イ テ ス)

コーチ： 萬屋 佐愛 (三 ツ 輪 運 輸 (㈱))

コーチ： 榎本 野々花 ((㈱) 柳 月)

〈 長 距 離 〉

コーチ： 片岡 祐介 ((㈱) 大 塚 製 薬)

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 ((㈱) 稻 澤 組)

コーチ： 工藤 遥澄 (中 央 防 災 シ ス テ ム (㈱))

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。