陸上競技部監督・選手・保護者各位

令和８年１１月５日
釧路地方陸上競技協会
強化委員長　髙平　将臣

短距離・ハードル・跳躍強化指定選抜選手合同強化練習の開催について

いよいよ令和８年も残り２か月を切り、寒さも厳しく降雪により練習できる環境が限られてくる時期に差し掛かってまいりました。

しかし新シーズンに向けて良いスタート、良いシーズンを迎えるためにはシーズンオフの基礎練習が大変大事になってきます。

そこで１１月１４日（土）に件名の通り短距離・ハードル・跳躍ブロックの強化選手を選抜指定し、合同で強化練習を行おうと思います。

当練習は特別コーチとして今年の１月にも当陸協選抜強化練習の指導をしていただきました仁井有介コーチと村岡柊有選手を招いて下記の通り行いたいと思います。また、強化選手は短距離・ハードル選手は全道新人大会出場者から、跳躍選手は跳躍強化担当コーチの選抜により別紙のとおり選抜しております。

もちろん参加は自由ですが、普段指導してもらえないコーチ・選手から直接指導してもらえる機会は多くはありませんので、是非この機会に参加してみてください。

記

１．練　習　日　時	令和８年１１月１４日（土）　　１０時～１４時 ※１０時に集合し、約１時間各自でアップを終了させて下さい。 　本練習開始は１１時頃からを予定しております。 釧路市民陸上競技場　室内走路　※入場料はかかりません。
２．特　別　講　師	仁井　有介コーチ（NSD）　　村岡　柊有選手（NSD）
３．選　抜　選　手	別紙のとおり
４．そ　の　他	ぜひこの機会にたくさんのメニューを教わり、指導してもらってください。「待つ」のではなく選手自ら積極的に指導していただけるよう積極性を出して、どん欲に練習に参加してください。 そして学んで、練習して得た知識・技術などを各自チームに持ち帰り、ぜひ仲間みんなで共有してください。
５．各指導者様へ	**当練習会は特別講師を招いて、普段練習していないメニューや具体的なアドバイス、指導要領など、選手だけではなく指導される方としても非常に学べる機会になると思いますので、各指導者様も積極的に参加（見学などで構いません）していただき、多くのことを学んでいただけたらと思います。**

短距離・ハードル・跳躍合同強化練習指定選抜選手

【中学】(30)

・ＳＪＨ釧路（9）

岡元　奏樹（短・H)、我満　修斗（H・跳)、森　色葉（短・H)、久保田　夏菜（短）

岩城　璃奈（短)、佐藤　美月（短)、荒木　秋希音（H)、久保田　夏菜（短)、磯貝　謡（H）

・釧路鳥取西中（2）

熊谷　幸希（短)、竹政　航太（短）

・釧路景雲中（2）

渡辺　悠馬（H)、髙島　朱音（短）

・釧路青陵中（2）

山本　陽也（短)、亀谷　篤斗（H）

・釧路富原中（2）

石川　陸（短)、増田　貴琉（短）

・標茶中（2）

八重樫　佳孝（短)、小玉　華希（短）

・鶴居ＡＣ（7）

高松　丈士（短・H)、児島　創（H)、中野　平（跳)、松下　颯我（跳)、櫻岡　凛音（短・跳)、

増田　咲空（H・跳）佐々木　六花（短・跳）

・別海ＴＦＣ（3）

八木　遥守（短)、川口　真結（短)、高田　育歩（跳）

・別海上西春別（1）

本田　陽翔（H）

【高校】(36)

・釧路湖陵高（4）

星　　陽仁（H・跳)、藤原　拓也（短・跳)、小林　勝輝（H)、嵐　　杏珠（H）

・釧路江南高（7）

飯村　琉生（跳)、三澤　結人（跳)、中野　　向（短)、児島　　紬（跳)、菊池　　瞬（跳）

佐藤　寧々花（短)、奥山　咲彩（短)、

・釧路北陽高（2）

江戸　和誠（短)、古跡　俊太（跳）

・釧路明輝高（10）

鈴木　零生（跳)、合田　翔海（短)、曽我　　響（短)、北出　龍一（H)、佐久間　櫂司（H）

竹村　祥希（短)、平下　創嗣（短)、金子　　仁（H)、和田　知真（H)、曹路地　陽菜（跳）

・釧路工業高（1）

赤沼　奏音（H）

・武修館高（9）

片山　瑛心（H)、中塚　龍星（H)、小野寺　日出國（H)、松田　虎太郎（跳）

工藤　咲來（短)、清野　乎眞（短)、野村　菜那（短)、松崎　心美（H)、平　　絢星（跳）

・根室高（2）

辻　　來希（短)、楠木　　駆（H）

・別海高（1）

堀内　勇希（短）