

金沢市小学生陸上教室通信

2015年
11月28日号

ホームページ <http://www9.plala.or.jp/track-and-field/>

ID:track パスワード:2010kiroku

クレーマージャパン陸上クリニック



11月21日(土)には西部陸上競技場でクレーマージャパン陸上クリニックが行われました。今年も日本選手権出場の選手と日本陸連の原田さんにコーチをしてもらいました。

数年ぶりの晴れで、しかも暖かく、絶好のコンディションでした。

3グループに分かれてラダー、マイクロハードル、はしごラダーを使ったドリル練習を行いました。特に、腕の動きと脚の動きの連動、マイクロハードルでの脚のさばきなど、コーチにとってもたいへん勉強になりました。今後の練習に取り入れていきましょうね。

北國スポーツ記録賞受賞！

11月23日(祝)に北國スポーツ記録賞の受賞式が行われました。受賞者は又多紅樹さん(80mハードル走12秒68)、男子4×100mリレーチームの初崎蓮くん、山下大輝くん、松永宗弥くん、結城直人くん(記録は52秒84)の合計5人です。おめでとう！

北國スポーツ記録賞はレベルの高い記録ですが、「突破するぞ」という強い気持ちを持って努力すれば夢はかないます。高い目標をもって、真剣に練習に取り組んでいきましょう。



連絡事項

- ・来年度の会費納入先ですが、「北國銀行 金沢西部支店 普通預金451938」です。
- ・右面に12月から1月までの予定を載せました。
- ・新規入室申込みの用紙をつくりました。12月に各学校にも配布しますが、皆さんからの紹介が一番確実だと思っています。「来年度入りたい」という子がいたら、すすめてください。用紙は市営陸上競技場と県営陸上競技場にも置いておきます。HPからもダウンロードできます。よろしくお願いします。