

兵庫マスタース陸上競技連盟普及講習会要項

- 1 趣 旨 すべての人がすべてのステージにおいて陸上競技を楽しめるウェルネス陸上の理念の実現に向けてマスタース陸上競技の普及発展、マスタース会員の競技力向上、新規会員の入会促進を図ることを目的に開催します。
- 今回は、明石公園陸上競技場にて 3000mのタイムトライアルを行います。経験豊富な講師が、日頃のランニングについてのお悩み、疑問、質問、練習方法などについて相談に応じますので、お気軽にお尋ねください
- 2 主 催 兵庫マスタース陸上競技連盟
- 3 日 時 令和 3 年 10 月 24 日(日)10 時 00 分(受付開始)から 12 時 00 分
11 時 00 分 入場開始
11 時 20 分 3000mタイムトライアル
- 4 会 場 明石公園陸上競技場(きしろスタジアム)
- 5 対 象 マスタース会員に限らずどなたでも参加できます。
- 6 種 目 3000m
- 7 費 用 無料
- 8 講 師 増田皓三 桜庭由起子 北垣章 植田茂 山本昌史
(兵庫マスタース陸上競技連盟)
- 9 申 込 み 当日、明石公園陸上競技場入口でおこないます。
- 10 そ の 他 ○コロナ感染症対策として体調管理チェックシートをご提出いただきます。ホームページよりダウンロードし、必ずご記入の上ご持参ください。
- 11 時から入場可能になりますので、ウォーミングアップは明石公園内で実施してください。手荷物(貴重品除く)は受付でお預かりします。
- 計測はタイムを流して読み上げますので、正確に計測されたい方はご自身のウォッチをお願いします。
- ウォーミングアップ、タイムトライアル以外ではマスク着用をお願いいたします。