

## 第1回兵庫マスタース投てき練習会要項

- 1 趣 旨 マスタース会員の相互親睦、陸上競技の普及発展、心身の若さの保持増進を図るとともに新規会員の入会促進を目的とする。
- 2 主 催 兵庫マスタース陸上競技連盟
- 3 日 時 2025年3月2日(日) 10時から12時
- 4 会 場 高砂市陸上競技場 兵庫県高砂市米田町 526  
アクセス 無料駐車場有 JR宝殿駅より徒歩約15分
- 5 参加者 マスタース会員及び陸上競技に興味のある方(兵庫県外も可)
- 6 参加料 競技場使用料200円のみ  
(高砂市、明石市、加古川市、西脇市、三木市、小野市、加西市、加東市、多可町、稲美町及び播磨町の居住者は100円)
- 7 種 目 砲丸投 円盤投 やり投 (ハンマーは不可 ひも付きメディシンボールは可)
- 8 用 具 各自持参  
世話役所有の砲丸、円盤を持参しますが、競技場の備品を40円(市内20円)で借りられます。
- 9 世話役 兵庫マスタース陸上競技連盟 船引規正 岩田賢二
- 10 申 込 事前の申込は特に必要ありません。  
投てき用具やその他の問い合わせ先  
E-mail: 28hyogotouteki@gmail.com (船引)
- 11 その他 本練習会は兵庫投擲倶楽部の定例練習会と合同で開催します。  
占有使用にしておきませんので他団体が貸切った場合、中止となります。  
天候等で中止の場合は、兵庫マスタースのHPでお知らせします。

### 【当日の流れ】

体育館の発券機で使用料を支払い、半券を競技場窓口に提出  
更衣室で着替え、円盤サークルあたりに10時集合  
各種目に分かれて練習  
投てき競技が初めての方は船引、岩田がアドバイスします。