

「Throwers Challenge・投てきクリニック」募集要項

現在、北海道内で自由に投てき練習をできる施設が、少ない状況にあります。そこで、厚別公園と札幌陸上競技協会及び北海道陸上競技協会の共催で「Throwers Challenge・投てきクリニック」を開催することになりました。投てき種目に取り組んでいる、あるいは興味がある北海道内の中学生、高校生及び一般（大学生・社会人）の方々と世代を超えて交流を深め、投てき種目の普及および競技力向上を目指したいと思います。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

- 1 主 催 札幌市公園緑化協会 厚別公園
- 2 共 催 札幌陸上競技協会, 北海道陸上競技協会
- 3 日 時 平成 29 年 8 月 4 日（金） 8：30～16：00（円盤投げクリニック）

タイムスケジュール		内 容
8：00～8：30	受付	円盤投げにおける基本的な技術を学び、実際に投げて感覚を確かめる
8：30～8：45	ミーティング	
8：45～11：50	円盤投げ練習	
11：50～12：00	ミーティング・解散	

12：30～13：00	受付	実際に円盤を投げて、各個人に合った動作を身につける方法を習得する
13：00～13：15	ミーティング	
13：15～15：30	円盤投げ練習	
15：30～16：00	片付け・ミーティング	

平成 29 年 8 月 9 日（水） 8：30～16：00（砲丸投げ・ハンマー投げクリニック）

タイムスケジュール		内 容
8：00～8：30	受付	砲丸投げ・ハンマー投げにおける基本的な技術を学び、実際に投げて感覚を確かめる
8：30～8：45	ミーティング	
8：45～11：50	砲丸・ハンマー投げ練習	
11：50～12：00	ミーティング・解散	

12：30～13：00	受付	実際に砲丸・ハンマーを投げて、各個人に合った動作を身につける方法を習得する
13：00～13：15	ミーティング	
13：15～15：30	砲丸・ハンマー投げ練習	
15：30～16：00	片付け・ミーティング	

※両日、小雨決行・雨天時は屋内走路にて基本的な動作の練習を行ないます

※中止になる場合は実施日午前 7 時まで、当施設ホームページに掲載します

- 4 場 所 厚別公園 補助競技場（札幌市厚別区上野幌 3 条 1 丁目 2-1）
- 5 対 象 中学生・高校生・一般（大学生及び社会人）－各種目それぞれ男女 10 名ずつ
定 員 ※中学生・高校生は 8：30～12：00 一般の方は 13：00～16：00 の練習となります
- 6 参 加 料 一人 300 円
- 7 申込方法 厚別公園管理事務所に電話もしくは直接窓口にて先着申込
TEL：011-894-1144 ※定員に達し次第キャンセル待ちで受付
- 8 申込期間 平成 29 年 7 月 18 日（火）～8 月 3 日（木）
- 9 指 導 者 砲丸投げ・円盤投げ 堤 裕之（北海道陸協投てきチーフコーチ）
円盤投げ 堤 雄司（元ユニバーシアード代表、全日本選手権 4 連覇中）
ハンマー投げ 近藤勇介（厚別公園トレーナー、北海道選手権 3 連覇）

～～お問い合わせ～～

健康スポーツ・公園緑化コンソーシアム（公財）札幌市公園緑化協会 厚別公園競技場

TEL：011-894-1144 / FAX：011-894-4299

【厚別公園ホームページ】

http://www.sapporo-park.or.jp/atsubetsu_new/

