



第2回 千葉県ジュニア強化練習会

～2020も巻き起こせ！陸上王国千葉旋風！～

2019.1.18.SAT

目的

- ◆ みんなで盛り上げよう！Welcome 千葉！
- ◆ どんな場所でも強くなる！オールマイティー千葉！
- ◆ 2020年も千葉旋風を巻き起こせ！陸上王国千葉！

第2競技場（ハートル・フィールド）

8：45～	コーチミーティング
9：00	集合・開門
9：00～ 9：10	準備
9：10	整列
9：15	開講式
9：25～ 9：55	全体アップ
9：55～12：00	ブロック別練習1
12：00～13：00	お昼休憩
13：00～15：00	ブロック別練習2
15：00～	片付け
15：15	閉講式
15：30	解散

連絡

- 駐車場は、奥の大駐車場です。
- 悪天候の場合は練習中止です。早めに連絡できるようにしますので、必ず陸上専門部のメール登録をお願いします。

《大事なお知らせ》

今週は雨の予報です。
このまま雨予報の場合、練習会は中止になります。その際は追加連絡がいきますので、必ず確認して下さい。

稲毛海岸（100・200・400・800・1500・3000）

9：45～	コーチミーティング
10：00	集合
10：05	整列
10：10	開講式
10：20～12：00	ブロック別練習1
12：00～13：00	お昼休憩
13：00～14：40	ブロック別練習2
14：50～	閉講式
15：00	解散



連絡

- 集合場所は、★マーク
- 悪天候の場合は練習中止です。早めに連絡できるようにしますので、必ず陸上専門部のメール登録をお願いします。

交通手段

- JR総武線 稲毛駅西口2番バス乗り場から海浜交通バス「海浜公園プール行き」で終点下車
- JR京葉線 稲毛海岸南口2番バス乗り場から海浜交通バス「海浜公園入り口行き」で高浜南団地下車徒歩3分（乗り換えれば、海浜公園プールに下車できる）
- JR総武線 新検見川駅南口またはJR京葉線検見川浜駅北口バス乗り場から海浜交通バスで「稲毛ヨットハーバー行き」で下車
- 京成稲毛駅から徒歩6分海浜交通バス高洲線「稲毛海浜公園プール行き」に乗り、海浜公園プールで下車

練習会の予定

	日にち	短距離 100 200 400	中距離 800	長距離 1500 3000	フィールド・ハードル HJ LJ SP H	PV
①	1/11(土)	第2陸上競技場	昭和の森	昭和の森	第2陸上競技場	第2陸上競技場
②	1/18(土)	稲毛海岸	稲毛海岸	稲毛海岸	第2陸上競技場	第2陸上競技場
③	1/25(土)	第2陸上競技場	稲毛海岸	稲毛海岸	稲毛海岸	第2陸上競技場
④	2/ 9(日)	稲毛海岸	稲毛海岸	稲毛海岸	第2陸上競技場	第2陸上競技場
⑤	2/15(土)	第2陸上競技場	昭和の森	昭和の森	第2陸上競技場	第2陸上競技場
⑥	2/22(土)	第2陸上競技場	第2陸上競技場	昭和の森	第2陸上競技場	第2陸上競技場
⑦	2/29(土)	第2陸上競技場	第2陸上競技場	昭和の森	第2陸上競技場	第2陸上競技場
⑧	3/14(土)	第2陸上競技場	第2陸上競技場	昭和の森	第2陸上競技場	第2陸上競技場