

12月東北学連中長距離合同練習会

1. 目的 東北学生中長距離の競技力向上と活性化
2. 主催 東北学生陸上競技連盟
3. 期 日 2015年12月5日（土）～6日（日）
4. 場 所 仙台大学
5. 対 象 東北学連の中長距離を専門とする大学生
6. 指 導 者 門野洋介（仙台大学）、冠木雅守（東北福祉大学）、田中匠瑛（盛岡市役所）
7. 経 費 自己負担でお願いいたします
8. 宿 泊 自己手配でお願いいたします。
9. 食 事 各自で準備をお願いいたします。
10. 携行品 ランニングシューズ、スパイクシューズ、トレーニングウェアなどトレーニングに必要なもの一式、屋内シューズ、筆記用具、学連登録証
11. その他 平成27年度公益社団法人日本学生陸上競技連合普通会員は、原則的にスポーツ安全保険に加入しているため、この保険が適用される。
12. 申込み方法 参加申込書（Excelファイル）に必要な事項を入力し、12月4日（金）16:00までに仙台大学門野宛（hr-kadono@sendai-u.ac.jp）にメールに添付して申し込むこと。
13. 問合せ先 仙台大学陸上競技部 監督 門野洋介
〒989-1693 宮城県柴田郡柴田町船岡南2-2-18
Tel: 0224-55-1152（直通） Email: hr-kadono@sendai-u.ac.jp

主なスケジュール

日 時	概 要
12月5日（土）	
9:30	集合、ミーティング
10:00	トレーニング（中距離（800m）と長距離（1500m以上）に分かれて）
12:00	昼休憩
14:00	トレーニング（中距離（800m）と長距離（1500m以上）に分かれて）
16:00	解散
12月6日（日）	
9:30	集合、トレーニング（中距離（800m）と長距離（1500m以上）に分かれて）
12:00	解散

※ 参加人数や天候に応じて変更します。