

第 18 回 近畿マスタース陸上研修会要項

1. 趣 旨 マスタース陸上の普及発展と競技力の向上、および新会員の勧誘とマスタース会員の健康づくりを図ることを目的に開催するものです。
2. 主 催 近畿マスタース陸上競技連盟
3. 主 管 特定非営利活動法人大阪マスタース陸上競技連盟
4. 日 時 2016（平成 28）年 4 月 23 日（土）
9 時 30 分 ～ 15 時 00 分（予定）（役員は午前 8 時 30 分集合）
5. 会 場 大阪府服部緑地公園陸上競技場
（地下鉄御堂筋線・北大阪急行線「緑地公園」駅下車徒歩 10 分）
問合せ先 服部緑地公園陸上競技場 管理事務所 TEL06-6862-4959
6. 参加対象者 近畿在住のマスタース陸上会員とその家族（小中学生歓迎）および陸上競技に興味のある方（会員の有無を問いません。初心者も大歓迎）
7. 研修内容 合同で準備運動の後、体力測定を行った後、各パートに分かれ練習会を実施。希望者には記録測定を行います。研修会の終わりに三世代交流リレーを行います。
 - (1) 体力測定 A. 50m 走
B. 立幅跳
 - (2) 研 修 会 A. 短距離、ハードル
B. 跳躍（走高跳、走幅跳、三段跳、棒高跳）
C. 投てき（砲丸投、円盤投、やり投、ハンマー投）
D. 中・長距離
E. 競歩
8. 参 加 料 大人 1,000 円、小人 500 円（傷害保険料を含む）
（注）参加料は、当日、受付窓口でお支払いいただきます。
9. 申込締切日 2016（平成 28）年 4 月 19 日（火）（注）当日受付も可
10. 申込み・問合せ先

下記の各府県連絡員、または各連盟事務局へお申込みください。

連 盟	近畿マスタース各府県連盟の連絡員（敬称略）	各連盟事務局
滋 賀	藤 川 敦 子	077-594-1281 (高橋 清尊)
	小 嶋 祐 子	
京 都	荒 川 仁佳子	075-935-0353 (岩波 健二)
	片 山 裕美子	
大 阪	浅 村 真理子	06-6711-0456
	深 尾 真 美	
兵 庫	山 本 翠	078-783-4804 (増田 皓三)
	桜 庭 由起子	
奈 良	山 本 益 美	080-5318-4772 (安田 昭雄)
	本 間 百合子	
和歌山	篠 原 寿 文	090-2041-6098 (関 めり子)
	川 島 康 裕	

11. その他

研修会終了後、懇親会（自由参加）を開催予定です。参加費は、4,000 円を予定しています。当日受付もしていますので多数の方の参加をお待ちしています。

大阪マスターズ用申込書

第 18 回 近畿マスターズ同研修会申込書

平成 28 年 月 日

<送信先>

大阪マスターズ陸上競技連盟 事務局 行

FAX 06-6711-0633

<発信者>

氏 名 _____
(〒 -)

住 所 _____

電話番号 () - _____

会員番号 (会員のみ) _____

1. 近畿マスターズ合同練習会に参加を申し込みます。

参加人数 大人_____人、子供_____人

2. 懇親会に 参加します。

参加しません。

(注) 参加申し込みは、ファックスまたは電話で事務局まで。

大阪マスターズ陸上競技連盟 事務局

〒546-0013 大阪市東住吉区湯里 4 丁目 3-2 2 サニーコート湯里 107 号室

TEL 06-6711-0456 FAX 06-6711-0633

e-mail : omaa@coda.ocn.ne.jp URL : <http://omaa.jp/>