

道南陸上競技協会 普及委員会 主催

# 普及練習会2025

# オリンピックと いっしょに走ろう！

先着50名！  
申込期間1月19日(日)～  
2月1日(土)



- ◆日本を代表する選手と一緒にW-upを行い、体の温め方・動かし方、スタートのポイントをコーチングしてもらおう！
- ◆その後、30mのタイムトライアルを行います！



中村 明彦 (なかむら あきひこ) 選手 (写真は日本陸連HPより)  
中京大学ースズキアスリートクラブ  
ースズキアスリートクラブヘッドコーチ  
〈自己ベスト〉10種競技 8180点 (日本歴代2位)  
〈主な代表歴〉オリンピック (16リオ、12ロンドン)  
世界選手権 (17ロンドン、15北京)  
アジア大会 (18ジャカルタ、14仁川) など



手平 裕士 (てびら ひろし) 選手 (写真は公式Instagramより)  
中京大学ーオークワー鹿児島県体育協会  
ー一般社団法人F-RUNかごしまWingsAC  
〈自己ベスト〉走幅跳び 7m97  
オリンピック強化指定選手 (2024)  
〈主な入賞歴〉和歌山国体4位、岩手国体優勝、  
日本選手権2位 など

**日時：令和7年2月8日 (土) 13時15分～14時45分 (13時受付開始)**

会場：函館アリーナ サブアリーナ (雨天決行)

定員：先着50名 (3～6年生対象 ※6年生は中学でも陸上競技を継続予定の選手に限ります)

費用：無料

持ち物：運動に適した格好 上靴 飲み物 タオル

必要に応じて着替え

その他：※スパイクの使用はできません。

※受付は、サブアリーナ入口で行います。

※事故や怪我に備えて、それぞれで保険に加入しておくことをお勧めします。

※申込は、QRコードを読み取り、必要事項を入力してください。必ず、保護者または指導者が申し込んでください。

問合せ：道南陸協 普及委員会 瀧澤 stakizawa1570@gmail.com



【申込締切】  
令和7年2月1日(土)

練習会後も、小学生以上誰でも参加できる30m走タイム測定イベント(有料)があります。申込はこちらから→

