

**第2回尾道市陸上練習会**

2021年7月31日(土)17:00~  
@広島県立びんご運動公園陸上競技場

たくさんの指導者や練習相手を募って陸上競技の練習会を行います！  
トラックシーズン中盤の鍛錬期だからこそ様々な方々と一緒に練習して刺激をもらって交流することや、意見交換することはとても重要です。  
トレーニングの技術や練習の方向性を、指導者や選手間で多角的に情報を得るチャンス！  
陸上競技アスリートのみならず他スポーツの方や保護者・指導者の方、どなたでも参加可能です。是非ご参加ください！

**主な実施予定種目**  
・短距離 ・中長距離 ・跳躍  
・陸上に必要な身体機能テスト  
・リズムトレーニングと小学生向けのかけっこ教室  
…他、学校やチーム、個人での練習も可能です！

**20:00~ナイタータイムトライアル実施！**  
短距離：加速走20+100m\*2本（合計タイムを競う）  
長距離：5000m・3000m・1000m（同時出走）

**参加料：500円**  
※印の特別イベントについては別途追加料金が必要ですが練習会・イベント・タイムトライアルのみの参加も可能です

**【イベント留意事項】**  
●本イベントに於いての練習・見学・観望等は各自責任とし主催者以上の責任を負いません。本会場及び周辺で発生した事故や怪我等は一切の責任を負いません。  
●練習・行状等による故障等は、移動時間等の都合等、主催者として関係が薄くした場合には対応は出来ません。その旨をお知らせする場合があります。  
●イベント出席費等を負担していただけない方は参加できません。また、未成年が参加する場合は保護者の同意が必要となります。  
●練習メニューに関しては基本的に各パートの指導者が従います。  
●会場裏のいないイベントは個人練習または他パートとの合同を練習する場合があります。

**主催：SETONAMI SPORTS CLUB**  
練習会及び特別イベントの参加は各SNSコードの掲載サイトからどうぞ！

特別イベントも同時開催！  
事前予約受付中！  
皆様のご参加をお待ちしております！

Runmetrix  
CASIO *plus*  
ランニングコーチ  
重友梨佐  
※Runmetrix体験会兼ランニング指導

陸上競技トレーナー  
谷小雪  
※選手をサポートする方へのケア指導  
保護者・マネージャーも是非！

## 7月31日(土)第2回尾道市陸上練習会（夏季ナイタータイムトライアル・特別イベント同時開催）

たくさんの指導者を招いて陸上競技の練習会を行います！

トラックシーズン中盤の鍛錬期だからこそ様々な方々と交流や意見交換することはとても重要です。

トレーニングの技術や練習の方向性を、指導者や選手間で多角的に情報を得るチャンス！小学生以上ならどなたでも参加可能です！陸上競技アスリートのみならず他スポーツの方や保護者・指導者の方も是非ご参加ください。

イベント名	7月31日(土)第2回尾道市陸上練習会（夏季ナイタータイムトライアル・特別イベント同時開催）
開催日	2021/7/31
受付開始	16:55 ~
申込料	練習会参加チケット 500円
支払方法	会場払い
参加定員	50人
開催場所	広島県立びんご運動公園 陸上競技場
住所	広島県尾道市栗原町997
主催者	セトナミスポーツクラブ

お申し込み イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！  
<https://moshicom.com/56138>

