

第16回 近畿マスタース陸上記録会兼合同研修会要項

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 2014（平成26）年4月26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、ノルディックウォーク
 - (3) 「健康ストレッチング教室」同時開催予定
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 2014（平成26）年4月21日（月）（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	小 嶋 祐 子	0748-32-4509	077-594-1281
	藤 川 敦 子	0748-52-0701	
京 都	片 山 裕美子	075-954-8105	075-935-0353
	荒 川 仁佳子	075-954-7731	
大 阪	浅 村 真理子	06-6962-6018	06-6697-3737
	深 尾 真 美	06-6384-9558	
兵 庫	山 本 翠	078-591-6707	078-783-4804
	桜 庭 由起子	078-923-6031	
奈 良	山 本 益 美	0742-47-5477	0743-69-2920
	本 間 百合子	0742-51-2145	
和歌山	関 めり子	073-445-5707	073-432-1041
	横 出 東輝子	073-664-7881	

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。