

第 12 回大阪マスターズ研修会 要項

1. 趣 旨 マスターズ陸上の普及発展のため、マスターズ会員の競技力向上と健康づくりおよび新規会員の入会促進を図ることを目的に開催するものです。
2. 主 催 特定非営利活動法人大阪マスターズ陸上競技連盟
3. 主 管 特定非営利活動法人大阪マスターズ陸上競技連盟
4. 日 時 2022年8月21日(日)
受付開始 8時20分(予定) 研修会終了 12時00分(予定)
※研修会は9時開始で12時には終了を予定しています。
5. 会 場 大阪府服部緑地陸上競技場
(大阪メトロ御堂筋線直通・北大阪急行線「緑地公園」駅下車徒歩15分)
※服部緑地公園のホームページを参照願います。
6. 研 修 内 容 準備体操の後、各パートに分かれ以下のような内容(案)の研修会を実施します。
講師のメニューにそって練習を行うため、参加種目は1種目とします。(途中参加は基本認めませんが、講師の指導が必要ない方は複数種目参加可能です)
A. 短距離 : W-upドリルと技術練習、走練習
B. 障害走(100mH、110mH、80mH) : 基礎技術と練習方法
C. 跳躍(走高跳、棒高跳、走幅跳、三段跳) : 基本技術の確認と応用
D. 投てき(砲丸投、円盤投、やり投) : 基本技術の確認と応用
E. 中・長距離 : ランニングクリニック
F. 競歩 : 競歩のルールと基本の練習など
(競歩の試合に参加希望者で初心者には必ず参加ください)
7. 参加対象者 近畿2府4県のマスターズ会員と一般陸上愛好者(18歳以上・高校生不可)(本年度はご家族の参加はお断りさせていただきます)
「新型コロナウイルス感染症についての体調管理チェックシート」(当日までの7日間の体調をチェックするシート)を、当日、受付へ提出することが必要です。
8. 募集人員 先着150人
9. 参加料 大人 1,000円
10. 申込締切日 2022年8月1日(月)~12日(金) 当日受付は行いません。
11. 申込方法および参加料の払込方法
 - ① 参加希望者は、所定の「参加申込書」に必要事項を記入のうえ、大阪マスターズ事務局に送付のうえ、事前に「参加料(郵便振替)」を払い込んでください。
 - ② 郵便振替による参加料払い込みは、下記口座に振り込んでください。
・ゆうちょ銀行 振込口座番号 00950-0-123307
口座名義人 大阪マスターズ陸上競技連盟(注1) 一度納入された参加料の返金は、理由の如何を問わず一切いたしませんので予めご承知置き願います。
(注2) 申込書および体調管理チェックシートはホームページに掲載します。ホームページからダウンロードできない方は、事務局まで請求願います。
12. 個人情報の取り扱い
申込に伴う個人情報は主催者で厳重に保管し、本研修会運営の目的以外に使用することはありません。本研修会が認めた報道機関または主催者が撮影した写真が、新聞・雑誌・ホームページ等に公開されることがあることを了承のうえ、参加申し込みをしてください。
13. 事務局 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3-22-107
TEL 06-6711-0456 FAX 06-6711-0633
E-mail : omaa@kind.ocn.ne.jp URL : <https://omaa.jp/>