

## 平成29年度光市陸上スポーツ少年団団員の募集

- 1、目的            あらゆるスポーツの基本である陸上競技の技能の習得を通じて、心身の健全な発達を願い、走ることの楽しさ、スポーツの喜びを知り、友情の輪を広げる場とする。
- 2、練習日時        毎週土曜日    9時30分～12時頃（水曜日は自主練習あり）
- 3、練習場所        光高等学校陸上競技場
- 4、練習内容        「正しい走り方」を覚えることに主眼をおいて、基礎的な反復練習を数多く取り入れ、上級生に進むにつれて競技会での成功を期待する。  
勝つことのみを追求した走り込みは子供にとって、肉体的にも精神的にもプレッシャーであります。神経系の発達するこの時期には、楽しい動きづくりを主体とし、持久力の向上する中学校、筋力の発達する高校に的確なトレーニングをすれば、記録は著しく向上します。
- 5、指導者            監督            吉規 泰司（富士高压）  
                  コーチ          男女12名  
                  事務局        須田 雅昭（光市役所 OB）
- 6、参加競技会      5/21（日）  県小学生春季陸上競技大会（山口）  
                  6/3（土）  周南地区陸上競技大会（徳山）  
                  7/2（日）  全国小学生交流大会県予選（山口）  
                  8/27（日）  県小学生選手権（山口）  
                  10/8（日）  山口県体育大会～スポーツ少年団の部（山口）  
                  2/3（土）  山口クロスカントリー（セミナーパーク）  
                  \*その他駅伝、ロードレース
- 7、団費              月額 1500円（年間の登録費、保険料として1200円が別に必要）
- 8、対象              4月1日において小学3年生以上となる児童
- 9、申込先            光市虹ヶ丘2-21-15 須田雅昭    Tel 72-4453  
                  (問い合わせ)    (携帯 090-2297-5979)
- 10、その他            どのような練習をしているか、1度体験されたらよいと思います。  
                  光市陸上スポーツ少年団HPは、  
                  <http://hikariku.web.fc2.com/index.html>  
                  当団は、スポーツNPO法人「ひかりクラブ」の会員として活動しています。いろいろな特典もありますが、入会金500円が必要です。  
                  ※ひかりクラブHP [http://www.geocities.jp/sport\\_npo\\_hikari\\_club/](http://www.geocities.jp/sport_npo_hikari_club/)

バスで  
参加予定