

令和5年6月1日

所属長 様

一般財団法人愛媛陸上競技協会  
会長 池本 俊英 公印略

### 2023 年度中長距離練習会の開催について（案内）

初夏の候、ますます御清祥のこととお喜び申し上げます。

貴職におかれましては、平素から愛媛県の陸上競技発展のために格別の御理解と御協力を賜り厚くお礼を申し上げます。

さて、下記のとおり、愛媛県中長距離選手の競技力向上および指導者の育成を兼ねて、中長距離練習会を実施いたします。つきましては、貴所属の選手ならびに顧問の先生の派遣につきまして御高配いただきますようお願い申し上げます。

#### 記

- 日時 [第1回] 令和5年7月 1日(土) 13:30~16:00  
[第2回] 令和5年7月 22日(土) 17:30~20:00  
[第3回] 令和5年8月 12日(土) 17:30~20:00  
[第4回] 令和5年9月 2日(土) 17:30~20:00  
[第5回] 令和5年9月 30日(土) 17:30~20:00  
※受付時間 各回 30分前から  
※雨天決行とします。ただし、中止の場合は愛媛陸協 HP に掲載します。
- 場所 愛媛県総合運動公園陸上競技場
- 指導者 愛媛陸上競技協会 中長距離強化スタッフ
- 対象 県内中高生長距離選手
- 内容 ペース走、トライアル走等

#### <練習予定>

	練習内容
第1回	タイムトライアル形式の練習 (800m・1500m・3000m)
第2回	タイムトライアル形式の練習 (800m・1500m・3000m)
第3回	タイムトライアル形式の練習 (800m・1500m・3000m)
第4回	インターバル形式又はタイムトライアル形式の練習
第5回	インターバル形式又はタイムトライアル形式の練習

第1回については、タイムトライアル形式の練習を行います。参加人数の状況等により目標タイムを設定します。第2回以降の練習内容については、参加校や参加人数の状況等により決定させていただきます。練習内容の詳細やご不明な内容等ございましたら下記（加藤）までご連絡ください。

6. 費用 参加料 500 円  
※当日お支払いください。
7. 申込先 長浜高校 加藤啓太  
(携帯) 080-2984-3277 (E-mail) kato.0711ekiden@gmail.com
8. 提出書類 申込一覧表  
愛媛陸上競技協会のホームページ「<http://ehime-rikujyo.jp>」の「2023 年度中長距離練習会」からダウンロードしていただき、メールにて申込みしてください(人数把握のため)。当日参加も可能とします。その際、長浜高校加藤までご連絡ください。
9. 締切日 原則、各回の3日前までとします。