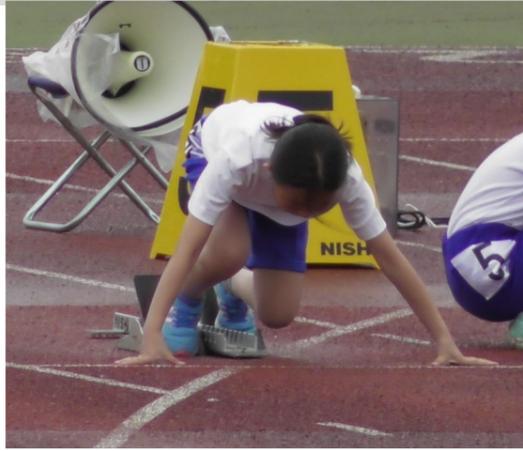


2022 アルパス 陸上練習会

楽しい練習会に参加しませんか？見学也大歓迎です！



開催日

5月2日(月) 5月16日(月) 5月19日(木) 5月30日(月)
6月2日(木) 6月6日(月) 6月9日(木) 6月20日(月) 6月23日(木)
7月4日(月) 7月7日(木) **7月18日(月)** 7月21日(木)
8月1日(月) 8月4日(木) 8月15日(月) 8月18日(木) 8月29日(月)
9月1日(木) 9月5日(月) 9月8日(木) **9月19日(月)**

※ 赤字は9:30からです。

時間

18:00 ~ 20:00(雨天時中止)

場所

鹿角総合運動公園 陸上競技場

対象

小学生3年生～

参加料

1人一回300円(利用料 照明料 傷害保険付)

募集メ切

開催日前日まで

申込み方法

指定の申込み用紙に記入しアルパスで受付します。
又は直接電話、FAX、メールで受付します。

こんな感じで練習します！

- ・ 陸上競技全種目を一度経験させてから記録を計測し得意種目を決めたあと専門のコーチに指導を受けます。
- ・ ハードル、跳躍の踏切足、スターティングブロックの前足がわからない、など専門コーチが教えてくれます。
- ・ 目指すは9月の秋季大会に出場です。



- ・ 当日は、運動できる服装でご参加下さい。
- ・ スパイクを持っている人は持ってきて下さい。
- ・ コロナ感染の状況で中止にする場合もあります。
- ・ 着替えを準備して下さい。
- ・ 雨天時の最終判断は17時 **(8:30)** にインスタグラム又はFacebookで行います。(電話での問い合わせにも対応します)
- ・ 受付は当日陸上競技場で行います。
- ・ Instagram/Facebook [alpas.kazuno](#)をフォローお願いします。

「問い合わせ」

鹿角トレーニングセンターアルパス

☎0186-23-8000 FAX0186-23-8585

担当 瀬川 孝一

アドレス k-segawa@tokyo-biso.co.jp

2022 アルパス 陸上練習会 参加申込書

| | | | |
|---------|------|--------|-----|
| 参加する日 | 月 日 | 月 日 | 月 日 |
| 氏 名 | (漢字) | (ふりがな) | |
| 学 校 | | | |
| 学 年 | | | |
| 連絡先電話番号 | (住所) | 〒 | |
| 希望種目 | | | |

(切り取り)

2022 アルパス 陸上練習会 参加申込書

| | | | |
|---------|------|--------|-----|
| 参加する日 | 月 日 | 月 日 | 月 日 |
| 氏 名 | (漢字) | (ふりがな) | |
| 学 校 | | | |
| 学 年 | | | |
| 連絡先電話番号 | (住所) | 〒 | |
| 希望種目 | | | |

(切り取り)

2022 アルパス 陸上練習会 参加申込書

| | | | |
|---------|------|--------|-----|
| 参加する日 | 月 日 | 月 日 | 月 日 |
| 氏 名 | (漢字) | (ふりがな) | |
| 学 校 | | | |
| 学 年 | | | |
| 連絡先電話番号 | (住所) | 〒 | |
| 希望種目 | | | |

(切り取り)
