

道南陸上競技協会 普及委員会 主催

# 普及練習会

## 2026



先着60名  
2月4日(水)締切

◆スムーズな「走・跳・投」の動きにつながる体の使い方を学ぼう！

〈コーチ〉

三浦 寿理（みうら じゅり） コーチ

- ・函館市立巴中学校教員
- ・競技歴 走高跳 北海道ジュニア優勝 PB1m55  
100mH 北海道インカレ優勝 PB14秒87

山本 明日香（やまもと あすか） コーチ

- ・函館市立東山小学校教員
- ・競技歴 三段跳 第104回日本選手権第2位 PB12m87  
走幅跳 PB5m97



日 時：令和8年2月8日（日）

15時30分～17時30分（15時受付開始）

会 場：北斗市総合体育館

定 員：先着60名（3～6年生対象 ※6年生は中学でも陸上競技を継続予定の選手に限ります）

費 用：無料

持ち物：運動に適した格好 上靴 飲み物 タオル  
必要に応じて着替え

その他の規定：  
※スパイクの使用はできません。

※事故や怪我に備えて、それぞれで保険に加入しておくことをお勧めします。

※申込は、QRコードを読み取り、必要事項を入力してください。必ず、保護者または指導者が申し込んでください。

※定員になり次第募集を停止いたします。

問合せ：道南陸協 普及委員会 高松 yuufukumaruzo1122yyyy@gmail.com



【申込締切】  
令和8年2月4日（水）