

## 第1回宮崎県中学校長距離強化合宿実施計画

### 1 ねらい

- (1) 令和7年第52回全日本中学校陸上競技選手権大会の参加標準記録を突破するためのミーティングや練習を行う。
- (2) 令和8年全国都道府県対抗男子駅伝・女子駅伝で入賞するためのミーティングや練習を行う。
- (3) 令和9年宮崎国民スポーツ大会への機運を高める。

### 2 日程 令和7年3月29日(土)・30日(日)

【3月29日 土曜日(1日目)】	【3月30日 日曜日(2日目)】
8時30分 集合(青島青少年自然の家)	6時00分 起床
9時00分 オリエンテーション&開講式 他	6時30分 朝練習
9時30分 全体ミーティング①	7時15分 清掃・片付け
12時30分 昼食(宿舎にて)	8時00分 朝食(宿舎にて)・部屋点検
14時00分 練習① (運動広場、松林、砂浜等)	10時00分 練習② (運動広場、松林、砂浜等)
17時30分 入浴・夕食(宿舎にて)	12時30分 閉講式
19時30分 全体ミーティング②	13時00分 解散(青島青少年自然の家)
22時00分 就寝	

### 3 場所 青島青少年自然の家(宿泊場所) / ひなた宮崎県総合運動公園内(練習場所)

### 4 参加選手

- 公認記録を基に県中体連陸上競技専門部で選出した男子20名、女子20名(別紙参照)

### 5 申込方法 Web エントリー ※アレルギーの有無も忘れずに記入をお願いします。

### 6 申込締切 令和7年2月26日(水)

※施設に宿泊者名簿を提出しないとイケませんので、期日厳守でお願いします。

### 7 参加料 1人2,000円(宿泊費、食費、飲料代、保険料等)

※不足する分は、県中体連陸上競技専門部が負担します。

### 8 その他

- (1) 練習会中に発生したケガ等は応急処置のみ行う。
- (2) 欠席者がいた場合は、専門部で選考し、新たに追加する場合もある。
- (3) 実施内容の細案については、参加者が確定したのちに、HP内で案内する。
- (4) 不明な点があれば、右下記載の担当(溝口)にお問い合わせください。

問い合わせ先

日南市立飢肥中学校 溝口尚哉

電話 0987(25)1181