

2023年度 鹿児島県中学校陸上競技強化練習会日程

2023年12月26日現在

主催：鹿児島陸上競技協会 中学部

月	日	曜日	時間	事業名	会場	参加基準等	練習形態	申込〆切	練習のねらい	備考
<p>●県中学陸上競技大会【9/30(土)～10/1(日)】 ●鹿児島国体【10/13(金)～10月17日(火)】 ●U16陸上競技大会(愛媛県開催)【10/20(金)～22(日)】 ●県中学駅伝大会【11/9(木)】 ●レディース陸上大会【11/25(土)】 ●九州中学駅伝大会【12/1(金)～2(土)】</p>										
12	2	土	9:30～12:00 (受付9:00～9:15)	第5回 県中学校練習会	伊集院	未定	全体練習 各種目別	11/29(水)	<ul style="list-style-type: none"> ・冬季シーズンに向けた仲間づくり ・各専門種目の基本的技術の理解と技能の習得 ・冬季練習で実践できる練習方法の習得 ・コントロールテストの実施の意義と測定方法の理解 ・全国大会参加標準記録突破を意識した練習 	
●全国中学駅伝大会(滋賀県開催)【12/16(土)～17(日)】										
12	23	土	※日程については別途案内	令和5年度 冬季選抜強化合宿	ジャパンアスリート トレーニングセンター 大隅	選抜選手	全体練習 各種目別	※別途案内	<ul style="list-style-type: none"> ・来シーズンに向けたチーム鹿児島の意識づくり ・来シーズンに向けた冬季強化期としての練習量の確保 ・冬季練習で実践できる練習方法の習得 ・コントロールテストのスコアアップとライバルの把握 	
12	24	日								
●南日本長距離走大会【1/7(日)】										
1	14	日	9:00～12:00 (受付8:30～8:45)	第6回 県中学校練習会	伊集院	自由参加	全体練習 各種目別	1/10(水)	<ul style="list-style-type: none"> ・来シーズンに向けたチーム鹿児島の意識向上 ・冬季強化期としての練習量の確保 ・冬季練習で実践できる練習方法の習得 	※専門練習はせずに、基礎体力向上を目指したトレーニングを全ブロック行います。
●地区対抗女子駅伝【1/28(日)】 ●県中学新人駅伝(桜島)【2/3(土)】										
2	23	金	9:00～12:00 (受付8:30～8:45)	第7回 県中学校練習会	ジャパンアスリート トレーニングセンター 大隅	自由参加	全体練習 各種目別	2/22(水)	<ul style="list-style-type: none"> ・来シーズンに向けたチーム鹿児島の意識向上 ・冬季強化期としての練習量の確保 ・強化期から移行期に向けての専門的技術の向上 ・専門種目以外の種目へのチャレンジ 	※練習場所や時間の変更の可能性あり

※ あくまでも計画になりますので、変更等につきましては、随時更新いたします。鹿児島陸上競技協会ホームページをご覧ください。

※ 悪天候が予想されるなど、中止の連絡は練習会開催の3日前～前日までにホームページに掲載する予定です。