

# CRS情報73

2023年

令和5年

12月24日

函館千代台陸上スクール

通称 NPO 法人「函館 CRS」

連絡先 090-4870-7541

◎新しい年を迎えます。自分の目指す目標を決めましょう！

- ・記録会第一戦は、4月20日（土）です。真新しい走路、新システム導入。記録が出やすい？（本人次第）走幅跳は正面ピットで行います（見やすい）
- ・全道中学が函館で開催されます。7月26～28日。
- ・渡島中体連と函館市中体連は、同時に行います。6月8日（土）～9日（日）

1 新年 練習開始 1月4日（木）9時30分～11時30分 千代台正面尚、水曜日は、お借りした器具庫を活用して、筋トレを行います。

2 未来大学練習日 1月、2月の予定です。各練習日の8日前に確定します。指導（坂下直樹）長距離（檜山孝二）全体（岡部）走幅は松田コーチ。  
1月 7日（日）走幅練習有り 21日（日）27日（土）  
2月 4日（日）走幅練習有り 10日（土）18日（日）

3 走幅跳練習予定 1月7日（日） 1月21日（日）  
3時～5時未来大学 松田コーチ担当

4 かけっこ教室 1月7日、14日、21日、28日 日曜日9時半～田口コーチ（携帯090-8708-1300へ申し込む）東コーチ  
年中、年長の幼児、小1、2年 千代台正面玄関集合 1回500円。

5 2023年 道南陸協優秀・奨励選手賞決定 おめでとう！4月以降に表彰。  
中学 中谷 瑠壺 110mH 14秒87 全国ランク 9位  
小学 亀田 侑汰 80mH 12秒64 全国ランク15位  
熊谷 燎 80mH 12秒67 全国ランク19位  
石川鼓羽太 4年800m 2分36秒62 全国ランク 5位  
橋 英澄 4年走幅跳 3m84 全国ランク12位  
佐藤 柑奈 6年800m 2分20秒91 全国ランク 3位  
樋渡 久子 マスターズ陸上（M75） CRSのコーチです。  
100m（17秒77）、200mで全国優勝

6 今年度の道南記録樹立者追加。東京駒沢で頑張りました！  
小5男800m 羽鳥 登期 2分33秒24 10月チャレンジカップ

7 2024年（令和6年）全道大会・競技日程案。

北海道小学生陸上	7月14日（日）	室蘭市
北海道ジュニア陸上	9月 1日（日）	深川市
北海道中学新人陸上	9月14日～15日	帯広市
北海道中学駅伝	10月13日（日）	新得町
北海道ちびっこ駅伝	10月26日（土）	栗山町？