

CRS情報72

2023年
令和5年
12月4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

- 1 冬季練習場所 千代台正面玄関通路 2月末まで、お借りしました。**
練習日 火曜、木曜（小16時～中16時30～）土曜、日曜（9時30分）
冬休み中は、9時30分からです。水曜日は外周。長距離は外周。
条件は厳しいですが、ここでいかに頑張るか、次年度の記録に連動します。
4月から新競技場が、皆さんを待っています。北海道一の新システム導入！
～今、この困難の時を乗り越え、逆境をバネにし、力を付けよう～
- 2 未来大学アリーナ練習日について、間違いをお詫びして、訂正します。決定ではありません。申し込みした日程です。各練習日の8日前に確定します。**
指導（坂下直樹） 走幅跳（松田賢一）長距離（檜山孝二）全体（岡部）
12月 16日（土）23日（土） *時間は、全て午後3時～5時迄。
1月 7日（日）21日（日）27日（土）28日（日）
2月 4日（日）10日（土）18日（日） *時間迄駐車場待つ。
- 3 走幅跳予定** 12月16日、23日 3時～5時未来大学 松田コーチ担当
1月、2月は、後日案内します。跳運動の基本、補強運動他
- 4 かけっこ教室** 12月10日（日）17日（日）24日（日）9時半～
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 札幌室内陸上案内** 3月17日（日）ツドーム 札幌市東区栄町885
小3、4年 60、800 ジャベボール
小5、6年 60 1500（800）走高跳 ジャベボール
中学 60 300 1000 3000 60H 走高跳 砲丸投
個人参加原則、審判協力。申し込み2月10日厳守 直接佐藤沙織さんへ
1種目1000円2種目1500円 +200円
- 6 今年度の道南記録樹立者** 12月理事会で決定する。素晴らしい！
柑奈さんは、岡田芽さん（かつて中学800m日本一）の記録を破る快挙！
中学男150m 渋谷季羽沙 16秒85 9月3日 道ジュニア
小6男コンバインドA 熊谷 燎 2279点 7月17日道小陸
小4女コンバインドB 畠山 夏妃 1280点 8月11日小樽記録会
小6女800m 佐藤 柑奈2分20秒91 9月30日川崎記念
小2女100m 松村 梨咲 17秒14 6月10日道央記録会
- 7 器具庫契約** はたなかクリーニング跡（廉売通り） 中島町31-27
12月2日物品移動、3月末迄借用。業者（協和ハウス）
- 8 6年度北海道中体連の会場は、函館千代台。7月26日～28日。**
7月 全国大会目指す大きな大会になります。標準記録が参加条件です。
地元枠はありません。実力で勝ち取りましょう！
① 何といたっても走り込み、体力作りが重要です。②次に体重コントロール
- 9 6年度北海道小学生陸上 室蘭市で開催。 7月14日。**
- * 千代台が、大改修しています。6年4月から北海道最高の陸上競技場になります。走幅跳ピットは正面に2ピット設置されます。観戦しやすいですね。**