

1 中体連、陸協情報

- (1) 2026年度 函館渡島中学 6月 6日
通信陸上 6月22-23日
北海道中学 7月27-29日 旭川
全道ジュニア 9月 6日 小樽
中学新人 9月19-20日 札幌

標準記録検討中 近々公表

- (2) 2027年度 400m、リレー、3000m廃止
新種目 棒高跳 円盤投の採用

過去に、陸連は、全国小学生クロカンを廃止

特に ○長距離の中学有力選手一進学後 低迷 リタイヤ

○長距離一小中生の健全な成長

成長痛、骨の成長と筋肉のアンバランス。

オスグッド、ジャンプ膝

練習量と一膝蓋骨等の損傷に十分配慮

このため ○基礎体力づくり奨励(筋力、機敏性、柔軟性他)

○発達段階に応じた練習を推奨

○指導者研修—ジュニアコーチ等受講 資格取得

このため

- 2 水曜日(冬季)総合体力づくり 1月21日(水)から開始
成長期の故障防止のため。

怪我の予防と運動—体力・体幹の基礎、基本を身に着ける

そして、①全道・全国の標準記録に挑戦する!

②全国男子・女子駅伝に挑戦する!

- 3 全道小学生陸上 予定 9月13日(日) 苫小牧

- 4 全国小学生陸上 決定 11月22日(日) 東京国立