

# 久喜ジュニア陸上クラブ

\*久喜ジュニア陸上クラブは日本クラブアスレティックス協会認定の陸上クラブです

## 2024年度活動計画

### ◇活動のローガン

「様々な種目や自己記録更新に向けてチャレンジしていこう！」

### 1. 指導方針

2024年8月パリオリンピック開催、2025年9月には東京の国立競技場で陸上競技の世界選手権が開催されます。また、昨年の世界選手権女子やり投げの北口優花選手の金メダルや男子100mのサニブラウン選手や110m H泉谷選手の勝負強さ、女子5,000mの田中希美選手と10,000mの廣中選手の走りに感動を受けた事でしょう。君たちにも無限の可能性がります。当クラブでは専門種目に特化せずに様々な種目に取り組んでおり、将来性を見据えた練習をおこなっております。遊びの要素も加えながら専門技術も習得できるプログラムを実施しています。



### 2. 練習について

#### ①平日

対象：年中・年長・小学校1年生の児童または中学生  
練習日 毎週木曜日  
集合時間 16時45分  
時間帯 17時～18時30分  
練習場所 久喜市総合運動公園の毎日興業アリーナ(久喜市総合体育館)  
種目 走練習中心

#### ②週末

対象：年中・年長・小学校1年生の児童または中学生  
練習日 毎週土曜日  
集合時間 13時45分(夏期 6月～9月 14時45分)  
時間帯 14時～16時(夏期 6月～9月 15時～17時)  
練習場所 埼玉県立久喜高等学校グラウンド等  
種目 短距離・走幅跳・ボール投げ・長距離・ハードル・走高跳



### 3. 年間行事予定(案)

- 4/20・27(土) クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド)
- 5/18・25(土) クラブ体験会(久喜市総合運動公園サブアリーナ)
- 5/25(土) 彩の国KIDS陸上競技大会(上尾運動公園陸上競技場) 対象：小4～中学生△
- 6/2(日) 彩の国小学生クラブ交流大会(熊谷スポーツ文化公園陸上競技場) 対象：小4～6△
- 6/8(土)～9(日) ABクラス夏期合宿(練習場所：多目的広場・武道場、宿泊先：熊谷市スポーツ文化村くまびあ) スポーツリズムトレーニング 講師：宮永真由美さん(8日10時～11時30分 武道場) クラブ内記録会 種目100m(2年生以下500m)/ジャベリックボール投げ
- 6/15(土) クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド)
- 6/22・29(土) クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド)
- 6/23(日) 全国小学生陸上競技交流大会埼玉県予選(熊谷スポーツ文化公園陸上競技場) 対象：小5～6△
- 7/15(祝・月) SIGNAL群馬(伊勢崎市陸上競技場) 対象：小学生以上△
- 7/27(土) 中学生対象クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド 雨天時：サブアリーナ) 講師：クレマー・ジャパン様
- 8/31(土) 鴻巣市陸上競技選手権(鴻巣市立陸上競技場)開催未定 対象：小1～中学生△
- 9/7(土) クラブ内記録会 種目100m(2年生以下500m)/走り幅跳び
- 9/14(土) 中学生対象クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド 雨天時：武道場) 講師：クレマー・ジャパン様
- 9/21・28(土) クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド)
- 10/19・26(土) クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド)
- 10/20(日) 彩の国小学生クラブ交流大会(熊谷スポーツ文化公園陸上競技場) 対象：小4～6△
- 10/27(日) 蓮田市選手権(上尾運動公園陸上競技場) 対象：小4～中学生△
- 11/3(日) 白岡近隣さわやか陸上の集い(白岡市総合運動公園陸上競技場) 対象：小1～中学生△
- 11/4(祝・月) 埼玉チャレンジカップ(上尾運動公園陸上競技場) 対象：小4～中学生△
- 11/10(日) ジュニア陸上練習会(久喜市総合運動公園市民グラウンド、雨天時：サブアリーナ) 講師：宮坂 楓選手
- 11/16・23(土) クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド)
- 11/30(土) クラブ内駅伝大会(開催場所未定)
- 12/8(日) 彩の国小学生クラブ交流大会(熊谷スポーツ文化公園陸上競技場) 対象：小5～6△
- 12/未定 ABクラス冬期強化合宿(練習場所：多目的広場・武道場、宿泊先：熊谷市スポーツ文化村くまびあ) 初日AM トレーニング講習会/講師(予定)：クレマー・ジャパン様
- 12/21(土) クリスマス会、クラブ内記録会 種目：1,000m(2年生以下500m)/走り幅跳び
- 1/12(日)予備日19(日) 久喜市スポーツ少年団ロードレース大会(久喜市総合運動公園) 対象：小1～6△
- 1/未定 幸手市駅伝大会(幸手総合公園陸上競技場)
- 2/1(土) クラブ内記録会 種目：1,000m(2年生以下500m)/ジャベリックボール投げ
- 2/9(日) 埼玉県スポーツ少年団駅伝競走大会(熊谷スポーツ文化公園) 対象：小4～6△
- 2/15・22(土) クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド)
- 3/8・15(土) クラブ体験会(久喜市総合運動公園市民グラウンド)
- 3/未定(土) 春日部東高記録会(春日部東高校グラウンド) 対象：中学生△
- 3/15(土) 鴻巣市陸上競技記録会(鴻巣市立陸上競技場)開催未定 対象：小1～中学生△
- 3/未定(日) よろこびのまち久喜マラソン大会
- 3/未定(土) 卒部式(小学6年生・中学3年生を送る会) △大会及びクラブ外記録会に出場される場合は別途の申込が必要です。 スタッフまでお問合せ下さい。



### 4. ルール

- ・服装 運動のできる服装(ジャンパー、Gパンは禁止)
- ・靴 走ることが可能な靴
- ・行動 あいさつがしっかりできる  
指導者(コーチ)のお話をしっかりと聞く  
お互いに助け合うことができる  
体調が悪い時やケガをしているときはきちんと伝える

### 5. スタッフ

- 西澤 明人(JAAF公認スタートコーチ・JRPOランニング指導員・JSPO公認スタートコーチ・AIC ACCSレベル1コーチ)
- 今西 幸一(JAAF公認ジュニアコーチ・JAAF公認審判員A級)
- 早川 行友
- 関根 一正(JAAF公認ジュニアコーチ・JRPOスプリント指導員・AIC ACCSレベル1コーチ・SKJ認定Sport for KidsコーチLevel 2・STARデュフェューザー・IOA公認指導員)
- 小俣 正樹(JAAF公認スタートコーチ・JSPO公認スタートコーチ・JRPOランニング指導員・キッズアスレティックスインストラクター・IOA公認指導員)
- 前原 義則(JAAF公認ジュニアコーチ・キッズアスレティックスインストラクター・中学校陸上競技部外部指導員)
- 田端みどり(JAAF公認ジュニアコーチ・キッズアスレティックスインストラクター・STARデュフェューザー・IOA公認指導員)
- 大熊 徳史
- 菅野 天翔
- 松本 和馬(キッズアスレティックスインストラクター・STARデュフェューザー・IOA公認指導員)



\*JAAF=日本陸上競技連盟

\*JSPO=日本スポーツ協会

\*JRPO=日本ランニング振興機構

\*KA=キッズアスレティックス協会

\*AIC ACCS=アジア国際アスレティックススコアリング資格制度

\*SKJ=スポーツフォーキッズジャパン

\*STAR=スポーツリズムトレーニング協会

\*IOA=鬼ごっこ協会

NPO法人スポーツコミュニティ久喜

〒346-0013 埼玉県久喜市青葉3-10-1 101号室

TEL/FAX 048-53-5539

E-mail trbss943@ybb.ne.jp