

## 2019 MEISEIオープントライアル要項

1. 主 旨
  - ・印西市を中心とした中高生の冬季トレーニングの成果を確認する場とする。
  - ・公式試合参加に向けて正しい心構えや態度を養う場とする。
  - ・自己の調子を確認しながら競技に参加することで故障防止の意識を高める場とする。
  - ・選手同士、顧問同士の交流を通して陸上競技の技術や指導力を高める研修の場とする。
2. 主 催 印旛明誠高校陸上競技部
3. 協 力 印旛ポールヴォールトアカデミー 印西市・白井市中学校陸上部
4. 期 日 平成31年3月16日(土) 雨天中止
5. 日 程 開会式 8:00～ (開場 7:30～)  
競技開始 9:00～
6. 会 場 松山下運動公園陸上競技場
7. 種 目 100m 200m 400m 800m 1500m 3000m  
ハードル 走高跳 棒高跳 走幅跳 砲丸投(男子5kg・女子2.72kg)  
4×100mR ※ハードルは男子が110mH、女子が100mHとする。
8. 参加資格 印西市・白井市中学生及び近隣中高生  
(部活動として職員が引率し、スポーツ振興センターの保険が適用できること)
9. 参加制限 1人3種目(リレーを除く)まで、1種目何名でも可、リレーの複数チームの参加可。
10. 申し込み 参加校は別紙(本校陸上部HPからもダウンロードできます)に必要事項を記入し、FAX(0476-47-7003)又はメール(yakuramae@yahoo.co.jp)にて申し込んでください。 ※参加種目については当日、競技場所で受け付けます。
11. 参加料 無 料
12. 競技日程 別紙(参加人数等により変更することがあります)
13. その他
  - ・選手にはユニフォームとナンバーカードの着用を指導しましょう。
  - ・この会は練習会であり、公式大会ではありません。通信・総体等の突破対象にもなりません。プログラムも作成しません。
  - ・天候や参加校数によっては種目変更や練習会へ変更ということもあります。
  - ・各選手には競技終了後に本部前の長机にある学校別の用紙に氏名・種目・記録を記入させてください。記録は後日、本校陸上部HPにて公開します。
  - ・なるべく全顧問の先生が審判にご協力ください。(打ち合わせ時に割り振りします)
  - ・男女が同一レースになる場合もあります。
  - ・結果・写真等が本校陸上部ホームページに掲載されます。掲載については事前に承諾の確認をお願いします。

### 送付者・連絡先

千葉県立印旛明誠高等学校 倉前 英明

住 所 270-1337 千葉県印西市草深1420-9

TEL 0476-47-7001 FAX 0476-47-7003

携 帯 090-2674-0935 (問い合わせはこちらをお願いします)

印旛明誠高校陸上部ホームページ <http://meisei-tf2013.jimdo.com/>

## MEISEIオープントライアル競技日程

(参加人数等により前後することがあります)

トラック	予定時間	フィールド	予定時間
女男3000m	9:00		
女子 100m	9:20		
男子 100m	9:50	男女棒高跳	10:30
女男 800m	10:25	男女走高跳	10:30
好100H 野110H	10:40	男女走幅跳	10:30
女男 200m	11:10	男女砲丸投	10:30
女男 400m	11:25		
女男1500m	11:50		
昼食・休憩			
女子4×100mR	1:30	フィールド種目練習	1:30~
男子4×100mR	1:30		

## MEISEIオープントライアル競技日程

(参加人数等により前後することがあります)

トラック	予定時間	フィールド	予定時間
女男3000m	9:00		
女子 100m	9:20		
男子 100m	9:50	男女棒高跳	10:30
女男 800m	10:25	男女走高跳	10:30
好100H 野110H	10:40	男女走幅跳	10:30
女男 200m	11:10	男女砲丸投	10:30
女男 400m	11:25		
女男1500m	11:50		
昼食・休憩			
女子4×100mR	1:30	フィールド種目練習	1:30~
男子4×100mR	1:30		

