

# Running Clinic

## ランニング クリニック

8/17  
(TUE)  
参加無料

今回の「ランニングクリニック」は短距離・長距離  
跳躍・ハードルの4種目を専門とする講師を招き開催  
します。部活動や個人で実践できる効率の良い練習  
メニューや選手それぞれのウイークポイント  
などを講師が聞き取り練習に生かす  
講習内容です。

### 【募集内容及びスケジュール】

- (1) 開催日時  
令和3年8月17日(火)
- (2) 会場  
鷹来の森運動公園屋外運動場  
東松島市大塩字山崎5-1
- (3) 参加対象  
東松島市内中学生
- (4) 参加料  
無料
- (5) 種目定員数  
①長距離 20名  
②短距離  
③跳躍  
④ハードル  
(種目②、③、④は合計60名定員)  
※定員になり次第締切
- (6) 当日のスケジュール  
8:30 受付  
9:00 講習開始(120分)  
11:00 講習終了
- (7) 持ち物  
タオル・ランニングシューズ(外用)  
飲み物
- (8) その他  
感染防止対策を取り実施いたしますが、  
感染状況により中止する場合があります。  
(裏面参加規約をご覧ください)

### Coach profile

— Coach —

【長距離】



滝ヶ平 亜子

- ・2010 全国都道府県対抗女子駅伝出走
  - ・2010～2013 全日本大学女子駅伝東北選抜4年連続出場
  - ・中高保健体育教諭1種免許
- ※長距離を走るための体の動かし方・ドリルをメインに練習します。

— Coach —

【ハードル】



坂本 知弘

- ・高校八種競技 北海道大会1位(インターハイ出場)
  - ・110m ハードル東北インカレ3位・北日本インカレ4位
  - ・4×100MR 北日本インカレ1位
- ※SAO トレーニングを活かしたハードル走のスピードアップ。

— Coach —

【跳躍】



坂本 佳那

- ・2006 女子三段跳全日本チャンピオン
  - ・東北学生陸上競技連盟三段跳記録保持者
  - ・日本スポーツ協会公認ジュニアスポーツ指導員
- ※もっと遠くに飛べるコツ!「踏切ドリル」を覚えよう!

— Coach —

【短距離 100m・200m】



中島 隆志

- ・100m 東北インカレ出場
  - ・4×100MR 東北インカレ、日本インカレ、東北総体(県代表)
  - ・中高保健体育教員免許・中級障害者スポーツ指導員
- ※からだの使い方は人それぞれ。自分の走りの良さと改善点を見つけよう!!

# Running Clinic - ランニングクリニック - 参加規約

以下の内容を必ずお読みいただき同意をいただける方は申込用紙にご署名のうえイベントの参加をお願いします。

## 【イベントに関する同意】

- (1) 天候によりイベント内容の変更または予定している施設が何らかの理由によりイベント運営ができないと主催者が判断した場合は、会場を変更する可能性があります。
- (2) 次に提示するような主催者の関与し得ない事由により損害を被られたとき、本協会は責任を負いかねます。
  - ①天変地異・悪天候・感染症による隔離または、これらのために生じるイベント日程の変更もしくは中止。
  - ②現地にて、持ち物が汚れてしまうことや紛失・破損・事故等が起きた場合。
- (3) 本イベント中に、スタッフが撮影した映像・写真をパンフレット等に使用する場合があります。
- (4) 中学生の参加の場合は保護者記入欄に保護者の方の署名捺印をお願いいたします。

## 【感染症に関する同意】

イベント開催にあたり様々な対策を行いますが、新型コロナウイルスへの感染リスクをゼロにすることは困難であり、当施設をご利用いただく皆様におかれましては感染リスクがあることをご承諾いただいた上でのご利用をお願い申し上げます。また、申込用紙で得た情報は、万が一当施設での感染が確認された場合、調査機関へ情報開示いたしますがその他の利用目的での第三者の提供は致しません。また、本同意書にて得られた情報を主催者が利用することもございませんので、ご理解をお願いいたします。(取得した個人情報は2週間で破棄)

- ①施設入場時の検温実施に同意します。
- ②37.5度以上の熱があった場合、施設へ入場・利用しないことに同意します。
- ③施設入場時に、手指消毒剤にて必ず消毒を徹底します。
- ④施設利用時はマスクの着用を徹底します。(イベント参加中は不要)
- ⑤咳や風邪の症状など体調のすぐれない場合、施設へ入場・利用しないことに同意します。
- ⑥ウィルス感染の疑い(発熱、嘔吐、倦怠感等)がある場合、施設へ入場・利用しないことに同意します。
- ⑦同居のご家族や勤務先など身近に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいる場合、施設へ入場・利用しないことに同意します。
- ⑧「ソーシャル・ディスタンス(社会距離戦略)」に準じた利用をすることに同意します。
- ⑨「3密(密閉・密集・密接)」に出来るだけならないような利用を徹底します。
- ⑩新型コロナウイルス感染リスクがあることを承諾した上で当施設を利用することに同意します。  
また、感染リスクを含むあらゆるリスク、損失において利用するお客様ご自身による自己責任であることに同意します。
- ⑪万が一、施設利用のお客様に感染が確認された場合、調査機関への情報開示に同意します。

## 【お申込用紙】

※お申込用紙の提出は東松島市体育協会をお願いします。

フリガナ			
氏名		性別	男・女
生年月日	平成 年 月 日	年齢	歳
住所	〒		
電話番号	自宅		
	携帯		
エントリー種目 (どちらかに○)	長距離 ・ 短距離 ・ 跳躍 ・ ハードル		
保護者 記入欄	上記の者のスポーツイベント参加に同意します。		保護者緊急連絡先
	保護者名	印	