

## 2022あしかが陸上競技記録会 参加計画

足利陸上教室

- 1 日時 2022年5月7日(土) 小雨決行  
2 会場 足利ガスグラウンド(足利市営陸上競技場)  
3 日程 8時00分 ○足利ガスグラウンド 集合  
10分前にエントランスホール入り口付近に集合。  
メインスタンドにベンチ設置。  
8時15分 ○体調管理チェックシートを提出 ⇨ W=UP

【競技時間が遅い場合】\*後日、足利陸上競技倶楽部HPにUP予定。

- 各自の競技時刻に合わせ、集合  
体調管理シートを提出して入場

- 競技 ○各自、W-UPを競技時間に合わせて行う  
W-UPはすべて陸上競技場内で行う  
招集時間に合わせて、招集所へ(すべて現地集合)  
競技終了後 各自の予定で行動  
帰宅する時には 小沼 または 清水 に一言

### 4 持っていくもの

- 体調管理チェックシート**
- ユニホーム・・・学校や教室のユニホーム  
ない場合には、学校の体育着や陸上用パンツ、ランニングシャツ・Tシャツ等
- ナンバーカード・・・(中学)地区中体連の大会で使用するアスリートビブスを用意する。  
(小学)配布されている個人ナンバーカードを使用する。
- ランニングシューズ、スパイク
- 着替え・・・雨天の場合あり。着替えを用意する。
- 昼食・飲み物
- 傘・カップ等・・・雨の際、W-UPをするのにビニールカップがあると便利です。

### 5 その他

- (1) 久しぶりの大会ですが、自己記録達成のため、準備を怠るな!!
- (2) 本大会に関する問い合わせは、下記へご連絡ください。

TEL 090-3102-9446 足利陸上教室 清水貞夫