

パラ陸上競技体験・練習会 in 千葉

11月24日(日)開催

当日の流れ

- AM(車いす選手向け)
 - 8:30- 受付(第2競技場入口スロープ)
 - 9:00- 練習
 - ★車いす陸上に必要な体づくり、レーサーの仕組み及びメンテナンス、レーサーでの基礎的な練習
 - 11:30 終了予定
- PM(立位選手向け)
 - 12:30- 受付(第2競技場入口)
 - 13:00- 短距離・長距離分かれての練習
 - ★短距離:冬季トレーニングのプログラム(VBT等)紹介
 - ★長距離:トラックを利用したトレーニング
 - 15:30 終了予定

講師



【車いす】
 ・寒河江 核(左)
 特定非営利活動法人関東パラ陸上競技協会理事
 JPSA/パラスポーツコーチ

【立位】
 ・下稲葉 耕己(右)
 one's Para Athlete Club代表, JPSA/パラスポーツコーチ
 ロンドンパラ競技アシスタント, 東京パラ知的障害強化ディレクター
 ・one's Para Athlete Club コーチ陣 他
 ★現役の日本代表強化指定選手らが見本等を実施します



エントリーフォーム



運営

主催：特定非営利活動法人関東パラ陸上競技協会
協力：(一社)千葉県障がい者スポーツ協会
 one's Para Athlete Club

募集対象

障害をお持ちの方：
 身体障害者手帳および療育手帳保持者
 言語指示を理解し、集団行動に支障のない方
 中学生以下の参加希望者は原則要保護者送迎
 健全者の方：
 陸上競技愛好者(中学生、市民ランナー、競技者どなたでも)
 パラスポーツに興味がある方

場所

千葉県総合スポーツセンター **第2陸上競技場**
※第1競技場改修工事につき「第2」での実施

申込期間

令和6年10月18日(金)～11月15日(金)

この事業は『千葉県パラスポーツ競技団体支援事業』の一環です。障がいの有無に関わらず陸上競技を体験する機会を提供することにより、パラスポーツの魅力を発信するとともに、障がいのある人の理解を促進し、パラスポーツの振興を図ることを目的としています。