

2016 クレーマージャパン 和歌山陸上スクール

CRAMERPRO
FOR PROFESSIONAL ATHLETES

共催：和歌山県中体連陸上競技部

『冬期トレーニングに刺激を入れよう！』

冬期トレーニング真っ最中のこの時期、ただひたすらに練習を積むのではなく、計画的により効果の高いトレーニングをすることが重要です。

日本のトップで活躍する一流選手の取り組む練習方法や技術指導を体験し、冬季トレーニングに刺激を入れましょう。冬季トレーニングを充実させ、2017年夏に飛躍できるようにしましょう。

12月27日(火) 紀三井寺陸上競技場

参加費：一人 **2,000円**(当日学校毎に受付へ)

ゲスト講師

短距離	山本 慎吾 さん (NOBY T&F CLUB)	(予定)
長距離	高尾 憲司 さん (立命館大学コーチ)	(予定)
走高跳	井上 七海 さん (和歌山医大職員)	(予定)
走幅跳	手平 裕士 さん (オークワ)	(予定)
投擲	山田 壮太郎 さん (フリー)	(予定)

対象 中学生及び指導者

内容

- ・ウォーミングアップ
- ・各パートトレーニング

基礎トレーニングから、技術指導まで様々なトレーニング。



<内容については、一部変更になる場合があります。>
クレーマージャパンの楽しい陸上スクール、奮ってご参加ください！

申込用紙

FAXにてお申し込み下さい → 06-6382-7734

8:30 競技場前受付
9:00 開講式
9:20 各パートトレーニング
11:45 閉講式

- *締め切り日後のサイズ変更、キャンセルは出来ません。
- *当日欠席の場合、Tシャツ代(¥1,500)をお支払い下さい。
- *当日のけが等の応急処置は行いますが、保険等は各自で対応下さい。

学校名 _____ 顧問名 _____

当日の緊急連絡先

(当日中止の場合はこちらへお電話させていただきます。携帯番号をご記入下さい。)

E-mail

(弊社よりの無料メールマガジンを希望される方はご記入下さい)

- *陸上スクール参加者のみ、お申し込み下さい。
(合宿参加者は、こちらからは申し込まないで下さい)。

氏名	Tシャツサイズ (SS~5L)	氏名	Tシャツサイズ (SS~5L)	パート	
				短距離	人
				長距離	人
				走高跳	人
				走幅跳	人
				投擲	人

申込締切 12月 10日

お問合せ・お申し込み

(株) クレーマージャパン大阪営業所：担当 大下 (080-5965-8423)
〒566-0023 大阪府摂津市正雀2-13-4 TEL 06-6382-7478
ホームページ www.cramer.co.jp

※ご記入いただいた情報は、商品発送やアフターサービス等の諸連絡に利用させていただきます。それ以外の目的で利用することはございません。