



豊川 AC だより 12月号

豊川陸上競技協会 豊川 AC 代表 船井英彰

① 入会などの問い合わせ TEL070-2213-6269

② 教室の連絡

ホームページ・メール配信先

<https://ac.toyokawaaa.com/>

開催中止雨天中止はホームページでお知らせします。

③ 入会受付やTシャツの受付などは
練習のある土曜日に受付しております。

月	第1土	第2土	第3土	第4土	第5土	その他の予定
12	7 休み (コーチが 大会引率の ため不在)	14 豊川陸上 競技場 9:00~ 11:00	21 豊川陸上 競技場 9:00~ 11:00	28 なし		7日(土)愛知駅 伝(市町村対抗駅 伝)(愛・地球博) 28日(土)練習 はありません。
1	4 なし	11 赤塚山 グランド 9:00~ 11:00	18 豊川陸上 競技場 9:00~ 11:00	25 豊川陸上 競技場 9:00~ 11:00		4日(土)練習は ありません。

〈 練習時の注意 〉

練習時間について

☆ 9:00 ~ 11:00

(1年生・2年生は9:00~10:30)

・天気がはっきりしない場合。練習場所が変更の場合。豊川陸上競技協会の「豊川陸上教室(豊川 AC)」、のホームページにて実施・中止・練習場所変更の案内の掲載をします。

・練習に持ってくる物には記名をしましょう。保管期間は3ヶ月以内ですので、ご注意ください。

3ヶ月を経過した忘れ物は処分させていただきます

・練習に必要な物を持ってこないようにしてください。

・着替えが必要な方は持ってきてください。(汗でぬれたままにならないため)

・練習中に体調が悪くなった時は、がまんをしないですぐに担当コーチに伝えてください。

《 感染症対策についてのお願い 》

1. 練習参加するにあたっては、ご家庭での練習日の朝の健康観察をお願いします、また体調がすぐれない時は自宅での療養をお願いいたします。
2. マスク着用は個人の判断とします。熱中症の恐れがある場合はマスクを外して練習するよう声かけをさせてもらうこともあります。
3. 本人が新型コロナウイルスに感染した場合は、学校での出席停止期間と同様、発症後5日を経過しかつ、症状が軽快した後1日を経過するまでは自宅休養をお願いします。
4. 発熱や咽頭痛・咳等の症状がある場合も同様(アレルギー等原因が判明している場合はその限りではありません)
5. 医師に教室の参加を自粛するように指示があった場合は指示に従ってください。

いよいよ 第17回愛知県市町村対抗駅伝

<https://www.tokai-tv.com/ekiden/>

大会情報や各市町村の選手一覧・コース紹介が確認できます。
2024年12月7日(土)12:00よりテレビ放映!!

第38回愛知県小学生陸上競技選手権の参加者の選手の皆さん

晴天のコンディションの中、好記録続出。本当におめでとうございます。当日は船井コーチ・藺田コーチからも現地から「みんなすごいい記録が出てますよ～～」と熱い報告が届いていました^^
38名の出場した選手のみなさんお疲れ様でした。6年生の選手は中学校で。その他の学年の選手は来年のチャレンジに向けてトレーニングがんばってくださいね!!

★冬場に向けての注意事項★ 「オリンピック選手が体調を崩す要因の第1位」は「かぜ」

2位は胃腸炎。3位は皮膚疾患 だそうです。①手洗い ②マスク ③換気・加湿 ④人混みを避けるなど注意して「かぜ」をひかないように気をつけていきましょう!

～ 今年度から教室に参加される方へ ～

練習場所は ①豊川市陸上競技場 ②豊川市赤塚山グラウンド のどちらかになります。

① 豊川陸上競技場 注意事項

自転車で来る児童はヘルメットをかぶり、事故のないようにくれぐれも気をつけて来てください。自転車のカギをなくさないよう気をつけましょう。

- 休憩の移動時は、周りに注意してレーン(走路)を横断すること。
- 荷物は正面スタンドの軒下に学年ごと(男女別)に置き場所が分かれています。整頓しておきましょう。
- 競技場に入る時・帰る時はあいさつをしよう!「おはようございます」「おながいします」帰る時は「さようなら」「ありがとうございました」
- お迎えの時間や場所の打ち合わせをお子さんと話し合っておいてください。

② 赤塚山グラウンド 注意事項

過去に練習場所を勘違いして、(赤塚山から陸上競技場に変更になったことに気づかず)お子さんだけを「赤塚山グラウンド」に下ろして保護者の方が帰宅されたというケースがありました。急な練習場所の変更はホームページにて案内いたします。

- 赤塚山グラウンドは人工芝のあるサッカーグラウンドで練習を行います。(グラウンド外に行く場合もあります)
- 赤塚山グラウンドには児童のみで保護者の方は中には入れません。
- ドリンクは人工芝保護の為キャップ付きのペットボトルもしくは水筒に限る
- グラウンドの外へ出て練習する時は公園内でウォーキングなどしている一般の人とぶつからないように気をつける。「こんにちは」とあいさつをする。
- 迷子になるような身勝手な行動はしない