

## 2024年7月21日(日)の練習会（鴻ノ池補助競技場）について

日頃より、フィールドキッズの活動にご参加いただき、誠にありがとうございます。この度は7月21日(日)に予定しております練習会についてご連絡いたします。

7月28日(日)の奈良県小学生交流大会(全国交流大会奈良県予選)は猛暑の中での開催が予想されます。猛暑下での大会に向けて、暑さの中での運動を事前に体験しておき、大会当日に必要な準備(飲み物の量や服装、待ち時間の過ごし方など)を確認する機会にさせていただきたいと考えています。熱中症には十分気をつけながら行いますので、暑さの対策、紫外線の対策をしてご参加ください。当練習会への参加費やお申込みは不要です。直接、鴻ノ池の補助競技場へお集まりください。

**日時：**2024年7月21日(日) 13:20に現地集合 17:00までに解散

**場所：**鴻ノ池補助競技場 (休日は駐車場の混雑が予想されます。時間にはゆとりを持ってお越し下さい)

**対象：**大会へ参加予定のフィールドキッズのご登録者

※アスリートクラブの中学生・高校生もご参加いただけます。補助競技場内の空いている場所を使用して、各自で大会に向けた練習をしていただいても構いません。ただし、フィールド内は芝生化の工事が行われているため使用不可となっています。(投てき練習は不可です)

**持物：**飲み物、スパイク(持っている人)、タオル、帽子(日差しが強い場合)

氷のうや保冷剤などを持参して、待ち時間に体を冷やせられるように準備をして下さい。飲み物は途中で無くならないように、必ず多めに準備をお願いします。

**内容：**①13:30~14:30 100mのタイム計測(学年関係なく参加可)

②15:00~16:30 種目練習&リレー練習(5・6年生対象)

※上記①は学年関係なく参加可といたします。②は5・6年生を対象に行います。5・6年生は①と②の両方へ参加、②のみの参加でも可とします。4年生以下は①のみとします。

※雨でも実施予定ですが、警報や荒天の際には中止する場合があります。中止の場合はブログを通じてお知らせをします。

※7月28日の大会には参加しない場合でも、今後、大会へ参加する予定であれば練習会へ参加可(幼児のお子さまも小学校進学以降に大会へ参加予定であれば可)といたします。

※ご家族の方の見学は自由にしていただけますが、補助競技場にはベンチ等が無いので、折りたたみのイス等を各自でご用意ください。見学場所はホームストレート(100mの直線)横の芝生エリアとさせていただきます。日差しが強い場合は、芝生エリアにタープなどを張っていただいても構いませんが、風で飛ばされないようご注意ください。

**その他：**途中で体調が悪くなった場合は、無理せず日陰等で休むようにしましょう。

参加する前から体調がすぐれない場合は、参加を見合わせてください。普段から規則正しい生活を心がけ、睡眠や食事をしっかり取るようにしましょう。熱中症は不規則な生活が原因となる場合がありますので十分ご注意ください。

【お問合せ】 コーチ 丹羽敦巳まで