

## 第1回 大阪マスターズ秋季研修会 要項

1. 趣 旨 大阪マスターズ秋季研修会開催の趣旨は次のとおりです。
  - ① 個人やファミリーなど誰もが参加できる陸上を楽しむ機会の提供
  - ② 新しい種目にチャレンジしその技術を学ぶ機会の提供
  - ③ より飛躍する練習機会の提供
2. 主 催 大阪マスターズ陸上競技連盟
3. 日 時 2011（平成23）年10月23日（日）  
受付開始 9時30分 練習開始 10時00分  
研修会終了 15時00分（予定）
4. 会 場 大阪府服部緑地公園陸上競技場  
（地下鉄御堂筋線・北大阪急行線「緑地公園」駅下車徒歩5分）  
・会場の問合せ先 服部緑地公園陸上競技場 管理事務所 TEL06-6862-4959
5. 研修内容 準備体操の後、参加者全員の「体力テスト」行い、次いで各パートに分かれ研修会を実施。希望者には記録測定を行います。研修会の終わりに三世代交流などのリレーを行います。
  - (1) 体力測定 A. 50m走  
B. 立幅跳
  - (2) 研 修 会 A. 短距離（60m、100m、200m）  
B. 跳躍（走高跳、走幅跳、三段跳）  
C. 投てき（砲丸投、円盤投、やり投）  
D. 中・長距離（800m、3000 m）
  - (3) 記録の測定
6. 参加対象者 マスターズ会員とその家族（小中学生歓迎）および会員の有無を問わず、陸上競技に興味のある方（初心者も大歓迎）
7. 参加料 大人 1,500円、小人 500円
8. 申込締切日 2011（平成23）年9月30日（金） ただし、当日受付も可とします。
9. 申込方法 ① 参加希望者は、所定の「参加申込書」に必要事項を記入のうえ、大阪マスターズ事務局に9月30日（金）までに「参加料（現金書留または定額小為替）」を添えて申し込んでください。一度納入された参加料の返還は、理由の如何を問わず一切いたしませんので予めご承知置き願います。  
② 10月23日（日）の研修会当日も、申込みの受付をします。
10. 事務局 大阪マスターズ陸上競技連盟 事務局 山中 保博  
〒546-0024 大阪市東住吉区公園南矢田2-4-27  
TEL&FAX 06-6697-3737

**参加者の個人情報、個人情報保護法令を順守し、取り扱いいたします。**

**第1回 大阪マスターズ研修会 参加申込書  
兼 第58回記録会（重量投）参加申込書**

府県番号	登録番号				フリガナ (姓) (名)		性別 男・女	年齢
家族1							男・女	
家族2							男・女	
家族3							男・女	
住所	〒							
	Tel ( )							
希望種目 (☑する)	<input type="checkbox"/> 短距離	<input type="checkbox"/> 中・長距離	<input type="checkbox"/> 跳躍	<input type="checkbox"/> 投てき	<input type="checkbox"/> 重量投			
	希望者_____人	希望者_____人	希望者_____人	希望者_____人	-			
参加料	研修会	大人	( ) 人×@1,000円		重量投	1人 3,000円		
		小人	( ) 人×@ 500円					
<p>上記のとおり、参加料_____円を添えて申し込みます。          万一、競技中に傷害事故等が発生した場合、応急措置は受けますが、一切の責任は参加者自身が負うことを誓約・同意いたします。このことは家族も同意しています。</p> <p align="right">2011（平成23）年 月 日</p> <p>大阪マスターズ陸上競技連盟 御中</p> <p align="right">（参加者本人の自筆の署名捺印）</p> <p align="right">氏名 _____ 印</p>								

**研修会申込書記入上の注意事項**

- ★この申込書は、同一家族で複数の参加者がいる場合は1枚で作成してください。
- ★この申込書は、第58回記録会（重量投）と兼用です。重量投は、一人1枚ずつ記入してください。
- ★参加者の年齢は、2011年10月23日の満年齢を記載してください。
- ★参加料は、参加される実人数で計算してください（希望種目数ではありません）。

**【申込期限と申込先】**

9月30日（金）までに事務局へ「研修会参加申込書」に「参加料（現金書留または定額小為替）」を添えて直接申し込みます。

<p align="center">&lt;事務局&gt; 大阪マスターズ陸上競技連盟 事務局 山中 保博          〒546-0024 大阪市東住吉区公園南矢田2-4-27          TEL&amp;FAX 06-6697-3737</p>
---

（申込書；研修会・第58回記録会用）