

## 全十勝OP大会に向けた合同練習会

### 1, ねらい

- 全十勝オープン大会に向けて、選手個々の意識・技量の向上を図る。
- 普段取り組めない他チーム選手との合同練習を通して、自分の課題を再認識し、以後の目標設定に役立てる機会とする。

### 2, 期日・会場・時間

期 日	会 場	時 間
12月23日(土曜)	白老町総合体育館 白老郡白老町本町1-1-2 TEL0144(82)2045	9時00分～12時10分

### 3, 対象選手

- (1) 全十勝オープン大会出場選手
- (2) 保護者か指導者が引率できる者

### 4, 指導

苫小牧地区協会小学生担当委員

### 5, 内容

- (1) ウォーミングアップ
- (2) ダッシュ等のトレーニングメニュー
- (3) ゲーム練習…ゲーム練習を主体に進めていきます。

### 6, その他

- ①練習中のケガについては各家庭毎に対応していただくことになります。ご了承下さい。
- ②任意保険(スポーツ安全保険や共済保険など練習中の事故やケガに対応しているもの)に加入していることを参加の前提といたします。
- ③選手は背面ゼッケンを着用させて下さい。
- ④参加料はかかりません。

不参加、諸事情による当日の急な欠席等の場合は、松尾までご連絡ください。

松尾携帯 090-4876-7717  
松尾e-mail my-matsuo@orange.plala.or.jp

各種お問い合わせも上記連絡先をお願いいたします。