

# 2023年3月12日 奈良マスターズ陸上練習会要綱

主催 : 奈良マスターズ陸上競技連盟  
日時 : 2023年3月12日(日曜日) 雨天決行  
受付12:00～ 開始 13:00 ～ 16:00  
会場 : 橿原公苑陸上競技場(〒634-0065 橿原市畝傍町52)  
講師 : 三宅要・木村慎太郎・平岩雅司・中村裕之・辻本始・増岡美由紀・  
中村航(予定)

参加対象 : 近畿在住のマスターズ陸上会員、および陸上競技に興味ある方  
(マスターズ会員以外も参加可) 先着 100名

練習内容 : 短・中距離、跳躍、競歩、投擲のトレーニング方法について

**今回は初めて競歩を加えております(講師は日本記録保持者)**

参加費 : 1名 1,000円 (傷害保険含む)  
参加費は、当日受付にてお支払下さい。

申込締切 : 2023年3月8日(水)

申込・問合せ : <申し込み>  
別紙申込書に必要事項を記入の上、奈良マスターズ陸上競技連盟ホームページの「問い合わせメールフォーム」に申込書(エクセルファイル)を添付して頂き、メールを送信して頂くか、FAXで申込みをして下さい。

FAX番号 0742-90-0156

HP:<http://nara-masters.com/>

※問い合わせはメール又はFAXでお願いします。(担当:斧)



近鉄橿原線  
畝傍御陵前駅下車  
徒歩5分

近鉄橿原線・近鉄南大阪線  
橿原神宮前駅下車  
徒歩5分