

2022年

2022年12月3日(土) 13:00～ 雨天決行

キッズ五種混成チャレンジ記録会

申込締切 11/20(日)

半田市運動公園 陸上競技場
半田市池田町3丁目1-1

走る、跳ぶ、投げる、の陸上競技の基本要素が試され 新しい発見が見えるかも！

ゴールデンエイジは種目を限定した練習よりも、オールラウンドな動きが求められる混成競技を取り入れることでバランスよい身体の発育が期待できます。



種目	小学生(2~6年生) [800円]	中学生(全学年共通) [1,000円]
①短距離	50m	200m
②ハードル	50mH (2年30cm, 3年40cm, 4年60cm, 5・6年70cm)	100mH 高さ76.2cm (男子: 9.14m×9台, 女子: 8m×10台)
③跳躍	走幅跳 (2,3年生は実測)	走高跳
④長距離	1000m	1000m
⑤投てき	ジャベリックボール投	砲丸投 (男子:5.00kg, 女子:2.721kg)

主催: 碧南市陸上競技協会、碧南市スポーツ少年団

後援: 碧南市教育委員会、中日新聞社

協力: へきなん陸上クラブ父母の会、愛知陸協小学生友の会クラブ団体、
一般社団法人 愛知アスリート

【問い合わせ先】

碧南市陸上競技協会 井上圭人 携帯: 090-9192-1341

FAX: 0566-48-2501 E-mail: y-inoue@rhythm.ocn.ne.jp

碧南陸協HP

<https://sites.google.com/view/hekinanrikkyou/>



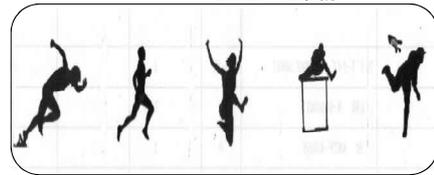
碧南陸協HP

2022年 キッズ五種混成チャレンジ記録会

2022.11.2改訂

1.目的…楽しもう陸上競技

- 1) 走、跳、投、の陸上競技の基本要素が試され新しい発見がみえるかも！
- 2) ゴールデンエイジは種目を限定した練習よりも、オールラウンドな動きが求められる混成競技を取り入れることでバランスよい身体の発育が期待できます。



2.開催日時と場所

12月3日(土) 半田陸上競技場 使用時間13時～17時 受付:12時30分(玄関前)開始 競技開始13時30分～

2.対象

- 1) 1部: 小学生…2年生～6年生の男女
- 2) 2部: 中学生…学年共通

3.実施要領

ペントスロン(五種総合得点)…別表による得点にて順位を決めますが目的は五種目をやる切ることです。

【小学生】	【中学男子】	【中学女子】
①短距離 50m	①200m	①200m
②ハードル 50mH (高さは下表の通り) (ハードルピッチは1台目13m+7m間隔×5台+9mでフィニッシュ)	②100mH(9台) 高さ76.2cm	②100mH(10台) 高さ76.2cm
③跳躍 走幅跳	13.72m+9.14m間隔×9台+13.16m	13m+8m間隔×10台+15m
④長距離 1000m	③走高跳	③走高跳
⑤投てき ジャベリックボール	④1000m	④1000m
	⑤砲丸投 5.00kg	⑤砲丸投 2.721kg

芝生上でのジャベリックスローは許可されませんでした
今年には砲丸投に変更します

4.種目とタイムテーブル

12:30	受付 器具設置					
13:00	開始式とグループ打ち合わせ					
開始	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	中学生
13:30	50mH 高さ30cm	50mH 高さ40cm	ジャベリックボール 試技2回	ジャベリックボール 試技2回	走幅跳 試技2回	走高跳 試技2回
14:15	50m	50m	50mH 高さ60cm	50mH 高さ70cm	50mH 高さ70cm	砲丸投 試技2回
14:50	ジャベリックボール 試技2回	ジャベリックボール 試技2回	走幅跳 試技2回	走幅跳 試技2回	ジャベリックボール 試技2回	200m
15:35	走幅跳 実測 試技2回	走幅跳 実測 試技2回	50m	50m	50m	女子100mH 76.2cm 男子100mH 76.2cm
16:15	1000 _{ドル}					
16:30	表彰式					

5.申し込み方法

- ①締め切り…11月20日(日) この大会のホームページより申し込み【 <https://sites.google.com/view/hekinanrikkyou/> 】
- ②ホームページのフォームから申し込み。団体申込の場合は Excel に入力してメール送信。【 yutaka.fujishiro@gmail.com 】
- ③参加料は小学生800円、中学生は1000円…当日、受付にて徴収します。

出場辞退者は以下の口座へ参加料の振込をお願いします。(主催者判断による中止の場合を除く)

〈ゆうちょ銀行から振込〉

口座番号 記号 12180 番号 33078991

振込先 杉浦 平作(スギウラ ヘイサク)

〈ゆうちょ銀行以外から振込〉

店名 二一八 店番 218 種目: 普通 口座番号 3307899

振込先 杉浦 平作(スギウラ ヘイサク)

6.記録証

- ①5種目チャレンジできた人は記録証を発行します。
- ②小学生は学年ごとに男・女 各3位まで、中学生は全学年共通で男・女 各3位まで、賞品を贈呈

7.参加制限

- ①市内外問わず小学生2年生以上、中学生
- ②個人参加の小中学生は申込書の責任者欄には必ず保護者の記名が必要です。
- ③団体申し込みの場合はその責任者名の記載により保護者の承諾を得ているものと判断します。

8.競技上の注意

- ①基本は2022年日本陸上競技連盟規則に準じます。
- ②短距離種目はスパイクの使用を認めず。スタートは「オンユアマークス」の発声で行う。
- ③同じ人が2回フライングした場合は失格となり以後の残り種目はオープン参加とする。
- ④小学3年生以下は走幅跳は実測とする。またスターティングブロックも使用できません。

9.コロナウイルス感染予防

- ①「体調管理チェックシート」はグラウンドへの入場者は全て受付に提出して頂きます。
- ②マスクを着用して下さい。ただし競技中は外してもよい。受付時、検温、手指消毒は入退場時も行います。
- ③選手、競技役員、補助員以外は場内には入れません。引率者は待機場所から離れない事。リストバンドでチェックします。