平成２５年度三重マスターズ
合同練習会

競技力向上や競技者間交流を図るために、下記の要領で合同練習会を予定いたしますので、ご活用ください。

１．日　　程　　４月　７日（日）（ウォーミングアップ等）
５月　３日（金）（ウォーミングアップ等）
６月３０日（日）（ウォーミングアップ等）
他、三重陸協開放日（無料）が多数あります

２．場　　所　三重県営総合競技場　陸上競技場　　伊勢市宇治館町 510
（tel：０５９６-２２-０１８８）

３．時　　間　　９：００～１２：００
（９：００集合　９：３０練習開始　合同練習 1 時間程度）
使用料：メイン１２０円/時間　サブ５０円/時間

４．練習方法　　各自の練習計画に基づいて練習して下さい。
（指導員が総合的な基本指導を実施します）

５．注意事項　①練習中の事故・負傷については連盟では一切責任は負いません。各自十分注意し練習して下さい。
②競技場・器具などの使用に際しては、使用上の注意を守り、練習後の用具の片づけ、練習場の整備は責任を持って行って下さい。
③ゴミは各自で持ち帰って下さい。
④練習に来られたときには、必ず競技場事務室に立ち寄り、使用器具、場所及びその人数などを申し出て下さい

⑤この合同練習は、三重マスターズ単独の貸し切りではありませんので、他団体と共用の場合もあります。

６．その他　　競技場使用料などは連盟で負担します。

７．問い合わせ　〒516－0028　伊勢市中村町 270
柿本　和男　TEL・FAX　0596-24-7297