

## 平成29年度 ジュニアE強化計画

### 1. 強化合宿，強化練習会日程

- (1) 平成30年 2月3日(土)～4日(日) 強化合宿 丹波自然運動公園  
 (2) 平成30年 3月4日(日) 強化練習 場所未定

### 2. 標準記録

平成29年度 Eランク標準記録(案)				
	中学2年生		中学1年生	
種目	男子	女子	男子	女子
100m	11.64 (11.4)	13.04 (12.8)	12.24 (12.0)	13.44 (13.2)
200m	23.54 (23.3)	26.74 (26.5)	25.14 (24.9)	27.64 (27.4)
400m	53.94 (53.8)		56.04 (55.9)	
800m	2.50.00	2.21.00	2.12.00	2.25.00
1500m	4.18.00	4.48.00	4.32.00	4.58.00
3000m	9.15.00	10.10.00	9.20.00	10.25.00
100mH		15.64 (15.4)	15.74 (15.5)	16.74 (16.5)
110mH	16.04 (15.8)		17.04 (16.8)	
走高跳	1.70	1.51	1.55	1.45
棒高跳	3.30			
走幅跳	6.00	4.95	5.40	4.70
三段跳	12.30			
砲丸投	12.00 (5kg) 13.50 (4kg)	11.50 (2.7kg)	9.50 (5kg) 11.00 (4kg) 13.00 (2.7kg)	9.50 (2.7kg)
円盤投	33.00	25.00		
四種競技	2000点	2100点		

### 3. 強化対象 ①標準記録突破者 ②京都陸協強化部推薦者

### 4. 記録の有効

- ①平成29年4月1日～平成29年12月31日までの公式競技会の公認記録とする  
 ②1年生に限り，平成29年12月31日までの公式競技会で2年生の標準記録を上回っている場合は，次年度も有効とする。

### 5. 申し込み先

Eランクの記録を突破された場合は，京都陸協Eランク担当までご連絡ください。

アドレス：[t-mitamura@edu.city.kyoto.jp](mailto:t-mitamura@edu.city.kyoto.jp) 下京中学校内 三田村 高秀(宛)

(勤務先) [Tel:075-371-2100](tel:075-371-2100) (同) Fax:075-371-2167

### ジュニアFランク標準記録(小学校5, 6年生)

	男子	女子
6年100m	13.54 (13.3)	14.44 (14.2)
5年100m	14.84 (14.6)	15.04 (14.8)