



陸上クリニック開催



高野先生による
監修陸上教室!

陸上クリニック受付開始

9:30~

参加される皆様へ

受付場所：陸上競技場を通過していただき
サッカー場で受付となります。

※会場:東海大学湘南校舎サッカー場

応募はこちら

スケジュール

9:00 開会式

9:30 5000m

9:55 オープン400mH

10:10 400mH

10:25 1500m

10:40 オープン400m

10:50 400m

11:15 オープン800m

11:25 800m

11:40 オープン100m

11:45 100m

12:00~13:30

タイムトライアル

新入生・部活対抗リレー

13:30 4×100mR

13:50 オープン110mH

14:00 110mH

14:15 オープン200m

14:25 200m

14:40 4x400mR

15:00 閉会式 (サッカー場)



跳躍

9:30 棒高跳

10:00 走幅跳

12:00 走高跳

13:00 三段跳

投擲

10:00 ハンマー投

11:00 やり投

11:30 砲丸投

13:30 円盤投



クリニック後
タイムトライアル開催!!
企画や応援など楽しいイベント
盛り沢山!