

2030三段跳練習会に参加してみませんか！

HOP・STEP・JUMPに
チャレンジ

- 1 日 時 令和8年1月24日（土）9:00
- 2 場 所 熊谷スポーツ文化公園陸上競技場
- 3 対象者 *県内中学・高校生の希望選手（強化指定選手以外も可）
*同時に開催する短距離練習会への参加はできません。（強化指定選手のみ参加可）
午後開催の走幅跳練習会への参加は可能です。（別途申し込みが必要）
- 4 目 的 ①三段跳の普及（タレント発掘：将来の三段跳選手を発掘）
②三段跳の強化（競技レベルに応じた練習法を学び、技術を身につけ、競技力の向上を図る）
※練習は競技レベルに応じて実施する予定です。
- 5 指導者 *2030跳躍強化スタッフおよび特別講師
特別講師



池畠 旭佳瑠（駿河台大学 AC）駿河台大学陸上競技部監督
 2020.23 日本選手権 優勝
 2020.22.23 全日本実業団選手権 優勝
 2023 アジア選手権 準優勝
 2023 ブダペスト世界選手権 出場
 自己記録 16m75cm (日本歴代10位)



大田 和宏
 2017 日本選手権 2位 (走高跳)
 2018 日本選手権 3位 (走高跳)
 2022 全日本実業団選手権大会 8位 (三段跳)
 2022 国民体育大会 3位 (三段跳)
 自己記録 15m90cm ※走高跳 2m22cm



斎藤 萌乃
 2023 全日本実業団選手権大会 3位
 2024 日本選手権 3位
 2024 全日本実業団選手権大会 2位
 2024 セイコーゴールデングランプリ 7位
 自己記録 13m00cm



鶴下 若菜（メイスンワーク）
 2023 関東インターラッジ 準優勝
 2023 全日本インターラッジ 4位
 2024 東日本実業団選手権大会 3位
 2025 全日本実業団選手権大会 6位
 自己記録 12m78cm

- 6 申し込み 埼玉陸上競技協会ホームページ (<http://sairiku.net>) の「三段跳練習会申し込みシート」を入間向陽高校 高取までメールに添付して送付してください。【1月16日(金)必着】
※団体で取りまとめてお申し込みください。個人で申し込み場合は、顧問の先生の了承を得たうえでお申し込みください。
- 7 その他 強化指定選手以外の参加者は、当日受付時に保険料100円を徴収します。
 ※天候等の状況により中止及び変更も考えられます。
 尚、中止及び変更については埼玉陸協HPに掲載を予定しております。
- 8 問い合わせ 高取 岳繼（埼玉陸上競技協会強化委員：入間向陽高等学校）
 E-mail takatori4973@gmail.com