

# 令和8年度 アスリートコース体験講座

- 1 日時 令和8年8月28日(金) 15:00~17:00(受付 14:30~)
- 2 場所 三重県立朝明高等学校 武道場
- 3 目的 アスリートコースへの理解と関心を深める。  
本コースでの授業内容、トレーニング内容、卒業生の進路(進学先・就職先など)を紹介し、中学生や保護者等が、アスリートとしての将来やスポーツ分野への興味・関心を高め、進路選択の一助とする。

- 4 当日の内容 (予定)
- 14:30~ 受付(事務所前玄関)
- 15:00~ 全体説明(学校の全体説明)  
・本校生徒の自己紹介  
・アスリートコースの紹介
- 15:30~ 各アスリート体験学習  
・ラグビー部 …グラウンド  
・自転車競技部…トレーニング場  
・レスリング部 …レスリング道場
- 17:00 終了・解散  
・アンケート記入

- 5 持ち物・準備物  
各種目共通… 上履き・水筒・タオル・着替え(運動できる服装)
- ①ラグビー部 = コンタクト練習は「なし」で体験練習をします
- ②自転車競技部 = 体育館シューズ、ロード用シューズ(持っている人のみ)
- ③レスリング部 = 体育館シューズ、爪を切ってきてください(ケガ防止のため)

## 6 申し込み方法

右のQRコードより申し込みください。  
※中学生(学年不問)、保護者、中学校教員が対象です。  
※朝明高校HPにも掲載しています。

申し込み QR コード



## 7 その他

台風等の対応については、前日及び当日、朝明高校 HP にて案内します。

### 【問い合わせ先】

三重県立朝明高等学校

教頭 栗谷 英樹

電話 059-339-0212(代表)

FAX 059-339-0213