

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) ※ 武道場に変更となりました

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