

令和2年度 第8回千葉市陸上競技公式記録会



主催 千葉市陸上競技協会

日時 令和2年11月28日(土)

場所 青葉の森陸上競技場

【 競技が始まるまでに 】

○学校受付(TIC) 7:30 ~ 8:00

○プログラム訂正 ~ 8:00 本部にて

○開門 & 陣地設営 7:30 ~

○ウォーミングアップ時間 7:30 ~ 8:20

○スタッフ打ち合わせ 8:10~ 正面スタンド下

○開会式 8:30 ~ 8:45

1. 開会宣言
2. 主催者挨拶
3. 専門部委員長挨拶
4. 競技について

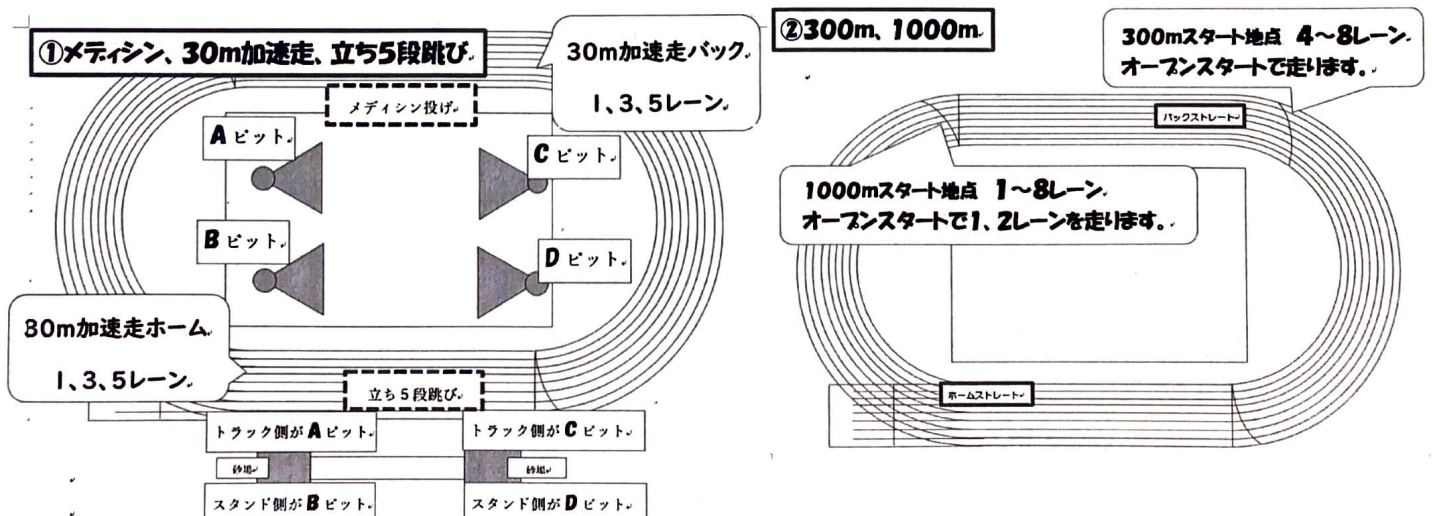
○自己紹介 & 競技体験 8:45 ~

○競技開始 9:30

※競技終了予定時刻 12:00 ※競技場完全撤退 12:45

1日の流れ

7：00	学校受付開始	TIC（正面スタンド下）にて学校受付を行います。（8：00終了） 選手は、トラックでウォーミングアップを開始します。 （ウォーミングアップでは、ダッシュを行えるまで体を温めてください。）																																										
8：30	開会式	芝生エリアに集合。各校男女2列ずつで並びます。 （ソーシャルディスタンスを意識して、整列すること。）																																										
8：45	自己紹介	班ごとに集合し、自己紹介を行います。 自己紹介後、グループごとに競技の練習（競技体験）を行う。																																										
9：30	競技1開始	各自で現地に向かい、担当の先生に挨拶をして、競技を開始します。 （リーダーは、記録用紙を種目担当者に提出すること。）																																										
9：50	休憩	マスクを着用し、消毒を行い、手洗い等の休憩をします。 （リーダーは実施した種目の記録用紙を、本部まで届けること）																																										
10：00	競技2開始	各自で現地に向かい、担当の先生に挨拶をして、競技を開始します。 （リーダーは、記録用紙を種目担当者に提出すること。）																																										
10：20	休憩	マスクを着用し、消毒を行い、手洗い等の休憩をします。 （リーダーは実施した種目の記録用紙を、本部まで届けること）																																										
10：30	競技3開始	各自で現地に向かい、担当の先生に挨拶をして、競技を開始します。 （リーダーは、名簿を種目担当者に提出すること。）																																										
10：50	休憩	マスクを着用し、消毒を行い、手洗い等の休憩をします。 （リーダーは実施した種目の記録用紙を、本部まで届けること）																																										
11：10	300m&1000m 競技開始	自分の走る組を見て、招集時間に200mのスタート地点に集合します。 <table><tr><th colspan="3">300m</th><th colspan="3">1000m</th></tr><tr><th>組</th><th>招集完了時刻</th><th>競技開始時刻</th><th>組</th><th>招集完了時刻</th><th>競技開始時刻</th></tr><tr><td>1～7組</td><td>11：05</td><td>11：10</td><td>1組</td><td>11：05</td><td>11：10</td></tr><tr><td>8～14組</td><td>11：15</td><td>11：20</td><td>2組</td><td>11：10</td><td>11：15</td></tr><tr><td>15～21組</td><td>11：25</td><td>11：30</td><td>3組</td><td>11：15</td><td>11：20</td></tr><tr><td>22～28組</td><td>11：35</td><td>11：40</td><td>4組</td><td>11：20</td><td>11：25</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>5組</td><td>11：25</td><td>11：30</td></tr></table>	300m			1000m			組	招集完了時刻	競技開始時刻	組	招集完了時刻	競技開始時刻	1～7組	11：05	11：10	1組	11：05	11：10	8～14組	11：15	11：20	2組	11：10	11：15	15～21組	11：25	11：30	3組	11：15	11：20	22～28組	11：35	11：40	4組	11：20	11：25				5組	11：25	11：30
300m			1000m																																									
組	招集完了時刻	競技開始時刻	組	招集完了時刻	競技開始時刻																																							
1～7組	11：05	11：10	1組	11：05	11：10																																							
8～14組	11：15	11：20	2組	11：10	11：15																																							
15～21組	11：25	11：30	3組	11：15	11：20																																							
22～28組	11：35	11：40	4組	11：20	11：25																																							
			5組	11：25	11：30																																							
12：00	競技終了	各校の顧問の先生の指示でダウン・体操を行って下校する。																																										



グループごとの検査の流れ

～自分の班の流れを覚えて、スムーズに活動しよう～

区分け	数	性別	区分け	チーム名	競技 1		競技 2		競技 3
男子 α	7	男子	α	A	メディ A	→	立ち 5 A	→	3 0 バック
女子 α	7	男子	α	B	メディ B	→	3 0 ホーム	→	立ち 5 A
男子 β	3	男子	α	C	3 0 ホーム	→	メディ A	→	立ち 5 B
女子 β	2	男子	α	D	3 0 バック	→	メディ B	→	立ち 5 A
		男子	α	E	立ち 5 A	→	3 0 ホーム	→	メディ A
		男子	α	F	立ち 5 B	→	3 0 バック	→	メディ B
		男子	α	G	メディ A	→	立ち 5 B	→	3 0 ホーム
		女子	α	A	メディ C	→	立ち 5 C	→	3 0 バック
		女子	α	B	3 0 ホーム	→	メディ C	→	立ち 5 C
		女子	α	C	3 0 バック	→	メディ D	→	立ち 5 C
		女子	α	D	立ち 5 C	→	3 0 ホーム	→	メディ C
		女子	α	E	立ち 5 D	→	3 0 バック	→	メディ D
		女子	α	F	メディ D	→	立ち 5 D	→	3 0 ホーム
		女子	α	G	メディ C	→	立ち 5 C	→	3 0 バック
		男子	β	A	3 0 ホーム	→	メディ A	→	立ち 5 D
		男子	β	B	3 0 バック	→	メディ B	→	立ち 5 D
		男子	β	C	立ち 5 A	→	3 0 ホーム	→	メディ A
		女子	β	A	立ち 5 C	→	3 0 バック	→	メディ C
		女子	β	B	メディ D	→	立ち 5 D	→	3 0 ホーム

(競技体験について) 8:50～9:20

○自己紹介終了から9:20までそれぞれの競技の練習をします。1つの競技の練習時間は10分間（移動時間3分含む）です。

○競技①、②、③の順番にグループで移動し、競技場所のスタッフの指示に従い、練習をしてください。

※全競技の体験が終わったら、リーダーは本部にて記録用紙セットを受け取り、他班員と共に「競技1」の場所に移動してください。

スタッフ表

○チーフ

審判長	高津 乙郎	(市陸協)			
アナウンサー	○ 木野 真器	(泉 谷)	松井 友利	(幕張西)	
総務	○ 木野 真器	(泉 谷)			
医務	○ 谷口 奈保実	(打 瀬)	錦織 朋子	(蘇 我)	
用器具	○ 鍵本 正彦	(生 浜)	松井 那晃	(打 瀬)	
マーシャル	○ 木野 真器	(泉 谷)			
記録・情報	○ 吉本 一紀	(千大附)	三宅 大樹	(千城南)	
メディシン	○ 山崎 志真	(土気南)	鈴木美智子	(泉 谷)	鍵本 正彦 (生 浜)
	山田 大夢	(幕 本)	鶴澤 悦子	(土気南)	金田 頼 (菅 田)
立ち5段跳び	○ 清水 翔太	(花 園)	奥田 真	(花 園)	佐藤 隆 (有 吉)
	伊藤 宗一朗	(蘇 我)	中塚 大智	(菅 田)	渡辺 一弘 (稲毛附)
30m	○ 松井 那晃	(打 瀬)	松井 友利	(幕張西)	大堀 千夏 (蘇 我)
	錦織 朋子	(蘇 我)	渡邊 栞奈	(有 吉)	伊藤 宗一朗 (蘇 我)
300m	○ 錦織 朋子	(蘇 我)	鍵本 正彦	(生 浜)	山崎 志真 (土気南)
	大堀 千夏	(蘇 我)	鶴澤 悦子	(土気南)	渡邊 栞奈 (有 吉)
	山田 大夢	(幕 本)	金田 頼	(菅 田)	
1000m	○ 松井 那晃	(打 瀬)	松井 友利	(幕張西)	佐藤 隆 (有 吉)
	清水 翔太	(花 園)	中塚 大智	(菅 田)	渡辺 一弘 (稲毛附)
	伊藤 宗一朗	(蘇 我)			
TIC	○ 三宅 大樹	(千城南)	清水 翔太	(花 園)	

お願い

- ・選手の服装は動きやすいもので、ナンバーカード(アスリートビブス)を1枚胸につけること。
- ・ウォーミングアップ及び、競技中以外はマスクの着用をすること。
- ・各競技終了後は現地にある消毒液を使い、手指の消毒につとめること。
- ・三密を回避するようにつとめること。
- ・マスクについては、各自必ず持ち帰り、競技場・駅・バス停など公共の場に捨てないこと。
- ・応援は拍手にて行うこと。
- ・無観客開催のため、選手及びスタッフ以外は来場しないこと。

【男子】四種競技α

91名

リーダー ◎

サブリーダー ○

A班		15名		担当		松井友利先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠		
A	79	北岸 航貴	蘇我 2				
A	99	松永 勇輝	生浜 2				
A	188	菅原 涼平	幕張西 2				
A	189	高橋 颯	幕張西 2				
A	300	石田 琉晟	泉谷 2				
A	301	伊藤 聡亮	泉谷 2				
A	303	岩田 大悟	泉谷 2				
A	304	橋村 翔	泉谷 2	○			
A	305	臼井 啓悟	泉谷 2				
A	312	伊藤 晴	泉谷 3				
A	339	馬原 浩志郎	土気南 2	◎			
A	340	榊 勇	土気南 2				
A	341	寺田 威久斗	土気南 2				
A	555	近藤 義音	生浜 1				
A	703	小松 悠稀	菅田 1				

B班		14名		担当		廣田 真先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠		
B	96	並木 十真	生浜 2				
B	97	加藤 光	生浜 2	○			
B	98	久保木 誠空	生浜 2				
B	119	遠藤 晴希	菅田 2				
B	302	入江 航平	泉谷 2				
B	348	濱邊 泰河	打瀬 2	◎			
B	350	桂 拓磨	有古 2				
B	477	古野 遼人	泉谷 2				
B	478	青柳 遥希	泉谷 1				
B	495	関根 黎琉	有古 2				
B	499	松山 悠隼	有古 1				
B	534	清水 陽友	蘇我 1				
B	673	深谷 凜空	幕張西 1				
B	675	藤谷 翼	幕張西 1				

C班		14名		担当		山田大夢先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠		
C	101	高橋 太一	生浜 2				
C	117	安藤 優希	菅田 2				
C	307	兼山 侑也	泉谷 2				
C	308	川名 新	泉谷 2	◎			
C	338	新庄 泰光	土気南 2				
C	342	細川 稜太	土気南 2	○			
C	351	内田 空良	有古 2				
C	382	皆木 嘉人	稲毛高附 2				
C	480	岡名 翔太	泉谷 1				
C	525	岡安 凜	稲毛高附 1				
C	535	小林 琉輝	蘇我 1				
C	552	中嶋 悠斗	生浜 1				
C	706	長谷川 竜音	菅田 1				
C	709	目原 碧人	菅田 1				

D班		12名		担当		中塚大智先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠		
D	80	野本 涼介	蘇我 2				
D	120	大瀧 凌	菅田 2				
D	125	江幡 祐亮	菅田 2				
D	357	森藤 遥大	有古 2				
D	383	茂木 優弥	稲毛高附 2	○			
D	481	押元 洸太	泉谷 1				
D	487	曾我部 快竜	土気南 1				
D	526	齊藤 正人	稲毛高附 1				
D	528	平田 翼	打瀬 2	◎			
D	530	並木 瑠偉	蘇我 1				
D	538	藤村 達生	蘇我 1				
D	664	藤山 龍斗	幕張西 2				

E班		12名		担当		佐藤 隆先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠		
E	104	工藤 武春	生浜 2	◎			
E	122	松井 大樹	菅田 2	○			
E	484	押切 梓恩	泉谷 1				
E	491	佐々木 駿介	打瀬 1				
E	503	森本 颯太	有古 1				
E	549	海老原 群青	生浜 1				
E	556	根本 航誠	生浜 2				
E	557	倉本 海一虎	生浜 2				
E	665	石橋 蓮	幕張西 1				
E	668	片桐 希	幕張西 1				
E	702	加藤 颯	菅田 1				
E	705	鈴木 隼人	菅田 1				

F班		12名		担当		伊藤宗一朗先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠		
F	124	米川 歩夢	菅田 2	○			
F	192	横田 晃己	幕張西 2				
F	352	小林 郁翔	有古 2				
F	492	平田 光	打瀬 1				
F	493	森田 悠斗	打瀬 2	◎			
F	500	大場 匠人	有古 1				
F	501	古野 広大	有古 1				
F	540	寺田 拓道	蘇我 1				
F	554	児玉 健朗	生浜 1				
F	663	米川 隼主	幕張西 2				
F	676	吉田 光太郎	幕張西 1				
F	701	麻生 直晟	菅田 1				

G班		12名		担当		山崎志真先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠		
G	118	石川 晏士	菅田 2	○			
G	123	網島 悠斗	菅田 2	◎			
G	490	秋山 太郎	打瀬 1				
G	498	露木 勇太郎	有古 1				
G	502	堀川 太希	有古 1				
G	504	石渡 耀	有古 1				
G	505	高森 耀友	有古 1				
G	537	渡邊 陽平	蘇我 1				
G	546	川上 功誠	生浜 1				
G	548	北島 幸紀	生浜 1				
G	550	西館 悠斗	生浜 1				
G	672	滝澤 陸翔	幕張西 1				

				担当			
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠		

【女子】四種競技α

86名

リーダー ○

サブリーダー ○

A班		14名	担当 鈴木美智子先生		
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠
A	95	大島 香澄	蘇我 2		
A	127	大塚 実弥	生浜 2		
A	148	森 瑞香	豊田 2		
A	151	市原 美姫	豊田 2		
A	154	藤代 琉依	豊田 2		
A	202	杉本 心結	幕張西 2	◎	
A	304	金指 七葉	泉谷 2		
A	307	戸倉 知世	泉谷 2	○	
A	308	丹羽 陽菜乃	泉谷 2		
A	338	松坂 帆乃	土気南 2		
A	365	河原 美夕	有古 2		
A	513	田久保 実桜	有古 1		
A	559	草薙 優里	生浜 1		
A	717	金杉 虹香	豊田 1		

B班		12名	担当 渡邊某奈先生		
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠
B	147	馬場 麗奈	豊田 2	○	
B	150	鳩巣 すみれ	豊田 2		
B	399	黒岩 咲帆	稲毛高附 2		
B	204	濱谷 紗弥香	幕張西 2		
B	306	鈴木 莉音	泉谷 2		
B	351	小林 桃	打瀬 2	◎	
B	488	長谷川 侑咲	泉谷 1		
B	492	大毛 祐実	土気南 1		
B	493	落石 彩心	土気南 1		
B	510	古家 由佳	有古 1		
B	515	渡辺 二葉	有古 1		
B	555	田村 紗彩	生浜 1		

C班		12名	担当 渡辺一弘先生		
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠
C	124	川上 葵	生浜 2		
C	302	石川 しずく	泉谷 2		
C	352	杉山 美唯	打瀬 2		
C	152	石井 櫻子	豊田 2	◎	
C	400	竹内 七那	稲毛高附 2	○	
C	491	長谷川 める	土気南 1		
C	494	大橋 悠奈	打瀬 1		
C	534	酒井 陽菜乃	稲毛高附 1		
C	561	長崎 帆南	生浜 1		
C	690	荒見 円香	幕張西 1		
C	716	小川 桃夏	豊田 1		
C	718	神澤 彩	豊田 1		

D班		12名	担当 鶴澤悦子先生		
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠
D	123	村上 藤子	生浜 2		
D	128	若菜 葵	生浜 2		
D	129	藤澤 美夢	生浜 2		
D	207	山口 璃咲	幕張西 2	○	
D	303	大島 菜奈	泉谷 2	◎	
D	339	佐々木 綺音	土気南 2		
D	348	平塚 薫乃	打瀬 2		
D	371	大東 愛子	有古 2		
D	490	甲斐 風紗	泉谷 1		
D	498	杉村 菜帆	打瀬 1		
D	506	鈴木 結梨奈	有古 1		
D	698	渡邊 知優	幕張西 1		

E班		12名	担当 大堀千夏先生		
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠
E	206	三浦 葵	幕張西 2		
E	350	荒井 奈桜	打瀬 2	○	
E	369	小松 なつみ	有古 2	◎	
E	373	井上 汐里	有古 2		
E	496	根本 芭菜	打瀬 1		
E	512	足立 理菜	有古 1		
E	536	増澤 日菜	蘇我 1		
E	556	小川 夏菜	生浜 1		
E	562	朝倉 穂佳	生浜 1		
E	565	高田 愛月	生浜 1		
E	691	石井 美生	幕張西 1		
E	715	池田 瑞葵	豊田 1		

F班		12名	担当 清水翔太先生		
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠
F	126	上塚 祐菜	生浜 2	○	
F	367	松本 陽音	有古 2		
F	353	平岡 花菜	打瀬 2		
F	366	石井 来実	有古 2	◎	
F	372	小田 絢愛	有古 2		
F	497	入江 由梨奈	打瀬 1		
F	507	市原 夢花	有古 1		
F	517	平川 明愛	有古 1		
F	533	川田 野乃華	稲毛高附 1		
F	538	京谷 雪乃	蘇我 1		
F	558	安西 未織	生浜 1		
F	697	柳本 傑杏	幕張西 1		

G班		12名	担当 三宅大樹先生		
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠
G	363	細谷 花	有古 2	◎	
G	349	佐々木 菜美	打瀬 2		
G	368	宮崎 瓜生	有古 2	○	
G	495	和氣 悠禾	打瀬 1		
G	508	江本 明優	有古 1		
G	511	相川 結月	有古 1		
G	535	村上 美緒	稲毛高附 1		
G	552	佐々木 綺音	生浜 1		
G	557	坂井 悠莉	生浜 1		
G	694	志村 春香	幕張西 1		
G	695	林 優花	幕張西 1		
G	696	廣瀬 和奏	幕張西 1		

		担当			
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠

【男子】四種競技β

29名

リーダー ◎

サブリーダー ○

A班		10名		担当	榎本正彦先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠	
A	100	吉村 梅志	生浜 2			
A	190	福原 暖	幕張西 2			
A	299	安楽 拓海	泉谷 2			
A	306	加藤 久志	泉谷 2			
A	309	陣野 咲太郎	泉谷 2			
A	310	舛中 あさひ	泉谷 2	◎		
A	337	永峰 隼彰	土気南 2	○		
A	356	森 祐翔	有古 2			
A	380	服部 琥太郎	稲毛高附 2			
A	485	田原 慶人	土気南 2			

B班		10名		担当	金田 頼先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠	
B	78	渡邊 太智	蘇我 2			
B	103	米田 泰斗	生浜 2	○		
B	311	丸山 竜輝	泉谷 2			
B	353	高橋 優輝	有古 2	◎		
B	486	梅崎 阿虎	土気南 1			
B	532	小椋 叶翔	蘇我 1			
B	539	大島 大空	蘇我 1			
B	674	福田 洋之進	幕張西 1			
B	704	斉藤 大起	菅田 1			
B	708	三平 大智	菅田 1			

C班		9名		担当	松井那晃先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠	
C	77	所谷 海斗	蘇我 2	◎		
C	298	新井 航太	泉谷 2	○		
C	354	市川 歩夢	有古 2			
C	479	海邊 翔巴	泉谷 1			
C	482	伊藤 真二	泉谷 1			
C	483	岩永 庵	泉谷 1			
C	527	佐藤 快晟	稲毛高附 1			
C	533	加藤 遼真	蘇我 1			
C	707	増田 暁斗	菅田 1			

班				担当		
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠	

【女子】四種競技β

18名

リーダー ◎

サブリーダー ○

A班				担当	錦織朋子先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠	
A	309	日高 杏奈	泉谷 2	◎		
A	153	小川 心愛	菅田 2	○		
A	149	北山 咲空	菅田 2			
A	8362	中田 世蘭	有古 2			
A	692	岩瀬 優羽	幕張西 1			
A	364	谷 愛菜	有古 2			
A	370	田端 那々帆	有古 2			
A	537	阿部 心咲	蘇我 1			
A	539	谷口 翔恋	蘇我 1			

B班		9名		担当	谷口奈保美先生	
班	ナンバー	名前	所属学年	役割	出欠	
B	305	佐瀬 蓮実	泉谷 2	○		
B	205	町田 夏帆	幕張西 2	◎		
B	489	宇田川 美結	泉谷 1			
B	509	鈴木 聖彰	有古 1			
B	514	佐藤 珠由	有古 1			
B	540	前田 純香	蘇我 1			
B	693	斉藤 和葉	幕張西 1			
B	2323	前田 沙香	蘇我小 4年			
B	2343	新村 夏愛	園生小 5年			

男子300m スタートリスト

組	班	ナンバー	氏名	学校名	記録
1組	A	339	馬原 浩志郎	土気南 2	
	A	99	松永 勇輝	生浜 2	
	A	304	植村 翔	泉谷 2	
	A	300	石田 琉晟	泉谷 2	
	A	79	北岸 航貴	蘇我 2	
	A	301	伊藤 聡亮	泉谷 2	
	A	303	岩田 大悟	泉谷 2	
	A	312	伊藤 晴	泉谷 3	
2組	A	340	榊 昂	土気南 2	
	A	703	小松 悠稀	菅田 1	
	A	188	菅原 涼平	幕張西 2	
	A	305	臼井 啓悟	泉谷 2	
	A	555	近藤 義音	生浜 1	
	A	189	高橋 陽	幕張西 2	
	A	341	寺田 威久斗	土気南 2	
3組	B	477	吉野 逞人	泉谷 2	
	B	348	濱邊 泰河	打瀬 2	
	B	673	深谷 凜空	幕張西 1	
	B	97	加藤 光	生浜 2	
	B	534	清水 陽友	蘇我 1	
	B	478	青柳 遥希	泉谷 1	
	B	119	遠藤 晴希	菅田 2	
4組	B	675	藤谷 翼	幕張西 1	
	B	302	入江 航平	泉谷 2	
	B	350	桂 拓磨	有吉 2	
	B	96	並木 十真	生浜 2	
	B	499	松山 悠隼	有吉 1	
	B	495	関根 黎琉	有吉 2	
	B	98	久保木 誠至	生浜 2	
5組	C	382	皆木 嘉人	稲毛高附 2	
	C	535	小林 琉輝	蘇我 1	
	C	101	高橋 太一	生浜 2	
	C	308	川名 新	泉谷 2	
	C	338	新庄 泰光	土気南 2	
	C	351	内田 空良	有吉 2	
	C	342	細川 稜太	土気南 2	
6組	C	709	目原 碧人	菅田 1	
	C	552	中嶋 悠斗	生浜 1	
	C	117	安藤 優希	菅田 2	
	C	480	岡名 翔太	泉谷 1	
	C	706	長谷川 竜音	菅田 1	
	C	525	岡安 凜	稲毛高附 1	
	C	307	兼山 侑也	泉谷 2	
7組	D	528	平田 翼	打瀬 2	
	D	383	茂木 優弥	稲毛高附 2	
	D	481	押元 洸太	泉谷 1	
	D	357	森藤 遥大	有吉 2	
	D	80	野本 涼介	蘇我 2	
	D	664	藤山 龍斗	幕張西 2	

組	班	ナンバー	氏名	学校名	記録
8組	D	487	曾我部 快竜	土気南 1	
	D	526	齊藤 正人	稲毛高附 1	
	D	120	大瀧 凌	菅田 2	
	D	125	江幡 祐亮	菅田 2	
	D	530	並木 瑠偉	蘇我 1	
	D	538	藤村 達生	蘇我 1	
9組	E	557	倉本 海一虎	生浜 2	
	E	484	押切 梓恩	泉谷 1	
	E	104	工藤 武春	生浜 2	
	E	549	海老原 群青	生浜 1	
	E	491	佐々木 駿介	打瀬 1	
	E	556	根本 航誠	生浜 2	
10組	E	702	加藤 颯	菅田 1	
	E	122	松井 大樹	菅田 2	
	E	503	森本 颯太	有吉 1	
	E	668	片桐 希	幕張西 1	
	E	705	鈴木 隼人	菅田 1	
	E	665	石橋 蓮	幕張西 1	
11組	F	352	小林 郁翔	有吉 2	
	F	676	吉田 光太郎	幕張西 1	
	F	701	麻生 直晟	菅田 1	
	F	124	米川 歩夢	菅田 2	
	F	540	寺田 拓道	蘇我 1	
	F	554	児玉 健朗	生浜 1	
12組	F	500	大場 匠人	有吉 1	
	F	663	米川 隼主	幕張西 2	
	F	492	平田 光	打瀬 1	
	F	493	森田 悠斗	打瀬 2	
	F	501	吉野 広大	有吉 1	
	F	192	横田 晃己	幕張西 2	
13組	G	672	滝澤 陸翔	幕張西 1	
	G	498	露木 勇太郎	有吉 1	
	G	118	石川 晏士	菅田 2	
	G	123	綱島 悠斗	菅田 2	
	G	550	西舘 悠斗	生浜 1	
	G	505	高森 耀友	有吉 1	
14組	G	548	北島 幸紀	生浜 1	
	G	537	渡邊 陽平	蘇我 1	
	G	502	梶川 太希	有吉 1	
	G	546	川上 功誠	生浜 1	
	G	490	秋山 太郎	打瀬 1	
	G	504	石渡 耀	有吉 1	

女子300m スタートリスト

組	班	ナンバー	氏名	学校名	記録
15組	A	95	大島 香澄	蘇我 2	
	A	127	大塚 実弥	生浜 2	
	A	148	森 瑠香	菅田 2	
	A	151	市原 美姫	菅田 2	
	A	154	藤代 琉依	菅田 2	
	A	202	杉本 心結	幕張西 2	
	A	304	金指 七葉	泉谷 2	
16組	A	307	戸倉 知世	泉谷 2	
	A	308	丹羽 陽菜乃	泉谷 2	
	A	338	松延 帆乃	土気南 2	
	A	365	河原 美夕	有吉 2	
	A	513	田久保 実桜	有吉 1	
	A	559	草薙 優里	生浜 1	
	A	717	金杉 虹杏	菅田 1	
17組	B	147	馬場 麗奈	菅田 2	
	B	150	鴻巣 すみれ	菅田 2	
	B	152	石井 櫻子	菅田 2	
	B	204	濱谷 紗弥香	幕張西 2	
	B	306	鈴木 莉音	泉谷 2	
	B	351	小林 桃	打瀬 2	
18組	B	488	長谷川 侑咲	泉谷 1	
	B	492	大毛 祐実	土気南 1	
	B	493	落石 彩心	土気南 1	
	B	510	古家 由佳	有吉 1	
	B	515	渡辺 二葉	有吉 1	
	B	555	田村 紗彩	生浜 1	
19組	C	124	川上 葵	生浜 2	
	C	302	石川 しずく	泉谷 2	
	C	352	杉山 美唯	打瀬 2	
	C	399	黒岩 咲帆	稲毛高附 2	
	C	400	竹内 七那	稲毛高附 2	
	C	491	長谷川 める	土気南 1	
20組	C	494	大橋 悠奈	打瀬 1	
	C	534	酒井 陽菜乃	稲毛高附 1	
	C	561	長嶋 帆南	生浜 1	
	C	690	荒見 円香	幕張西 1	
	C	716	小川 桃夏	菅田 1	
	C	718	神澤 彩	菅田 1	
21組	D	123	村上 藤子	生浜 2	
	D	128	若菜 葵	生浜 2	
	D	129	藤澤 美夢	生浜 2	
	D	207	山口 璃咲	幕張西 2	
	D	303	大島 菜奈	泉谷 2	
	D	339	佐々木 綺音	土気南 2	

組	班	ナンバー	氏名	学校名	記録
22組	D	348	平塚 薫乃	打瀬 2	
	D	371	大東 愛子	有吉 2	
	D	490	甲斐 凧紗	泉谷 1	
	D	498	杉村 菜帆	打瀬 1	
	D	506	鈴木 結梨奈	有吉 1	
	D	698	渡邊 知優	幕張西 1	
23組	E	206	三浦 奏	幕張西 2	
	E	350	荒井 奈桜	打瀬 2	
	E	369	小松 なつみ	有吉 2	
	E	373	井上 汐里	有吉 2	
	E	496	根本 芭菜	打瀬 1	
	E	512	足立 理菜	有吉 1	
24組	E	536	増澤 日菜	蘇我 1	
	E	556	小川 夏菜	生浜 1	
	E	562	朝倉 穂佳	生浜 1	
	E	565	高田 愛月	生浜 1	
	E	691	石井 美生	幕張西 1	
	E	715	池田 瑞葵	菅田 1	
25組	F	126	上塚 祐菜	生浜 2	
	F	349	佐々木 菜美	打瀬 2	
	F	353	平岡 花菜	打瀬 2	
	F	366	石井 来実	有吉 2	
	F	372	小田 絢愛	有吉 2	
	F	497	入江 由梨奈	打瀬 1	
26組	F	507	市原 夢花	有吉 1	
	F	517	平川 明愛	有吉 1	
	F	533	川田 野乃華	稲毛高附 1	
	F	538	京谷 雪乃	蘇我 1	
	F	558	安西 未織	生浜 1	
	F	697	柳本 徠杏	幕張西 1	
27組	G	363	細谷 花	有吉 2	
	G	367	松本 陽音	有吉 2	
	G	368	宮崎 凧生	有吉 2	
	G	495	和氣 悠禾	打瀬 1	
	G	508	江本 明優	有吉 1	
	G	511	相川 結月	有吉 1	
28組	G	535	村上 美緒	稲毛高附 1	
	G	552	佐々木 絢音	生浜 1	
	G	557	坂井 悠莉	生浜 1	
	G	694	志村 春香	幕張西 1	
	G	695	林 優花	幕張西 1	
	G	696	廣渡 和奏	幕張西 1	

男子・女子1000m スタートリスト

組	班	ナンバー	氏名	学校名	記録
1組	A	100	吉村 柊志	生浜 2	
	A	190	福原 暖	幕張西 2	
	A	299	安楽 拓海	泉谷 2	
	A	306	加藤 久志	泉谷 2	
	A	309	陣野 咲太郎	泉谷 2	
	A	310	舛中 あさひ	泉谷 2	
	A	337	永峰 陽彩	土気南 2	
	A	356	森 祐翔	有吉 2	
	A	380	服部 琥太郎	稲毛高附 2	
	A	485	田原 慶人	土気南 2	
2組	B	78	渡邊 太智	蘇我 2	
	B	103	米田 泰斗	生浜 2	
	B	311	丸山 竜輝	泉谷 2	
	B	353	高橋 優輝	有吉 2	
	B	486	梅崎 阿虎	土気南 1	
	B	532	小椋 叶翔	蘇我 1	
	B	539	大島 大空	蘇我 1	
	B	674	福田 洋之進	幕張西 1	
	B	704	斉藤 大起	菅田 1	
	B	708	三平 大智	菅田 1	
3組	C	77	所谷 海斗	蘇我 2	
	C	298	新井 航太	泉谷 2	
	C	354	市川 歩夢	有吉 2	
	C	479	海邊 翔巴	泉谷 1	
	C	482	伊藤 真二	泉谷 1	
	C	483	岩永 庵	泉谷 1	
	C	527	佐藤 快晟	稲毛高附 1	
	C	533	加藤 遼真	蘇我 1	
	C	707	増田 暁斗	菅田 1	

組	班	ナンバー	氏名	学校名	記録
4組	A	309	日高 杏泉	泉谷 2	
	A	153	小川 心愛	菅田 2	
	A	149	北山 咲空	菅田 2	
	A	8362	中田 世蘭	有吉 2	
	A	692	岩瀬 優羽	幕張西 1	
	A	364	谷 愛菜	有吉 2	
	A	370	田端 那々帆	有吉 2	
	A	537	阿部 心咲	蘇我 1	
	A	539	谷口 翔恋	蘇我 1	
5組	B	305	佐瀬 蓮実	泉谷 2	
	B	205	町田 夏帆	幕張西 2	
	B	489	宇田川 美結	泉谷 1	
	B	509	鈴木 聖彩	有吉 1	
	B	514	佐藤 珠由	有吉 1	
	B	540	前田 純香	蘇我 1	
	B	693	斉藤 和葉	幕張西 1	
	B	2323	前田 沙香	蘇我小 4年	
	B	2343	新村 夏愛	國生小 5年	

千葉市公式記録会 得点換算表

目標を立てて臨もう！

目標の目安		全国・関東レベルは 各種目 男子1000点以上 女子800～850点以上を目標に！ 県大会出場レベルは 各種目 男子800～900点以上 女子700～800点以上を目標に！										
30mAD.		立ち5段跳び		メディボ投げ バック(3kg)		300m		1000m				
記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録				得点
3.00	1049	15.00	1080	17.00	1023	37.00	1075	2	分	50	秒	1015
3.05	1028	14.80	1056	16.75	1008	37.50	1039	2	分	55	秒	976
3.10	1007	14.60	1032	16.50	992	38.00	1004	3	分	0	秒	938
3.15	986	14.40	1008	16.25	977	38.50	970	3	分	5	秒	900
3.20	965	14.20	984	16.00	962	39.00	936	3	分	10	秒	863
3.25	944	14.00	960	15.75	946	39.50	903	3	分	15	秒	826
3.30	923	13.80	936	15.50	931	40.00	870	3	分	20	秒	790
3.35	902	13.60	912	15.25	915	40.50	838	3	分	25	秒	755
3.40	881	13.40	888	15.00	900	41.00	806	3	分	30	秒	720
3.45	860	13.20	864	14.75	884	41.50	775	3	分	35	秒	686
3.50	839	13.00	840	14.50	868	42.00	745	3	分	40	秒	652
3.55	818	12.80	816	14.25	852	42.50	715	3	分	45	秒	619
3.60	797	12.60	792	14.00	836	43.00	686	3	分	50	秒	587
3.65	776	12.40	768	13.75	821	43.50	657	3	分	55	秒	556
3.70	755	12.20	744	13.50	804	44.00	629	4	分	0	秒	525
3.75	734	12.00	720	13.25	788	44.50	602	4	分	5	秒	494
3.80	713	11.80	696	13.00	772	45.00	575	4	分	10	秒	465
3.85	692	11.60	672	12.75	756	45.50	548	4	分	15	秒	436
3.90	671	11.40	648	12.50	739	46.00	523	4	分	20	秒	407
3.95	650	11.20	624	12.25	723	46.50	498	4	分	25	秒	380
4.00	630	11.00	600	12.00	706	47.00	473	4	分	30	秒	353
4.05	609	10.80	576	11.75	690	47.50	449	4	分	35	秒	327
4.10	588	10.60	552	11.50	673	48.00	426	4	分	40	秒	302
4.15	567	10.40	528	11.25	656	48.50	403	4	分	45	秒	277
4.20	546	10.20	504	11.00	639	49.00	381	4	分	50	秒	254
4.25	525	10.00	480	10.75	622	49.50	359	4	分	55	秒	231
4.30	504	9.80	456	10.50	605	50.00	338	5	分	0	秒	209
4.35	483	9.60	432	10.25	587	50.50	318	5	分	5	秒	187
4.40	462	9.40	408	10.00	570	51.00	298	5	分	10	秒	167
4.45	441	9.20	384	9.75	552	51.50	278	5	分	15	秒	148
4.50	420	9.00	360	9.50	535	52.00	260	5	分	20	秒	129
4.55	399	8.80	336	9.25	517	52.50	242	5	分	25	秒	111
4.60	378	8.60	312	9.00	499	53.00	225	5	分	30	秒	95
4.65	357	8.40	288	8.75	480	53.50	208	5	分	35	秒	79
4.70	336	8.20	264	8.50	462	54.00	192	5	分	40	秒	65
4.75	315	8.00	240	8.25	443	54.50	176	5	分	45	秒	51
4.80	294	7.80	216	8.00	425	55.00	161	5	分	50	秒	39
4.85	273	7.60	192	7.75	406	55.50	147	5	分	55	秒	28
4.90	252	7.40	168	7.50	387	56.00	133	6	分	0	秒	19
4.95	231	7.20	144	7.25	367	56.50	120	6	分	5	秒	11
5.00	210	7.00	120	7.00	347	57.00	108	6	分	10	秒	4
5.05	189	6.80	96	6.75	327	57.50	96	6	分	15	秒	1
5.10	168	6.60	72	6.50	307	58.00	85	6	分	17	秒	0
5.15	147	6.40	48	6.25	286	58.50	75					
5.20	126	6.20	24	6.00	265	59.00	65					
5.25	105	6.00	0	5.75	244	59.50	56					
5.30	84			5.50	222	60.00	47					
5.35	63			5.25	199	60.50	39					
5.40	42			5.00	176	61.00	32					
5.45	21			4.75	152	61.50	26					
5.50	0			4.50	128	62.00	20					
				4.25	101	62.50	15					
				4.00	73	63.00	11					
				3.75	42	63.50	7					
				3.50	0	64.00	4					
						64.50	2					
						65.00	0					

※この得点表は、今大会のみで使用する、あくまで自分の力を知る目安となるものであり、混成競技等の正式な得点表ではありません。

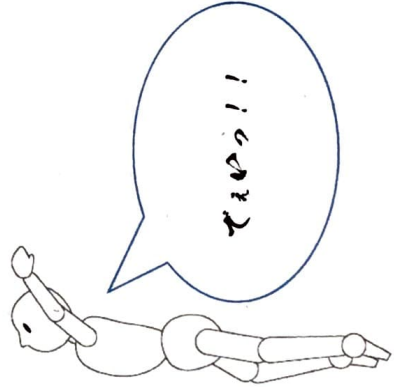
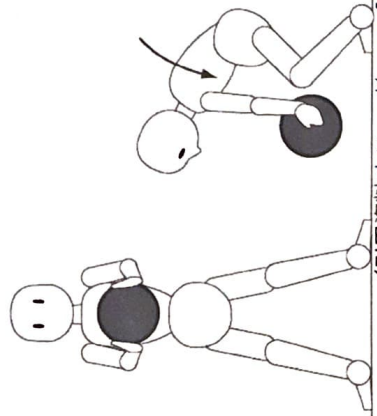
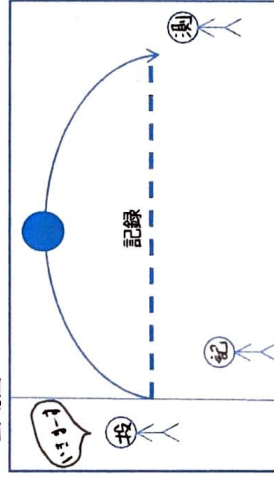
メディシンボール投げ バックスロー (3kg)

▲ 練習方法と注意点 ▲

- グラウンドにラインを引き、踏まないように立ちます
- 足は力が入るように肩幅で
- メディシンボールをしっかりと両手で持ちます
※持ち手などは持たないようになししょう
- 膝を曲げ、腰を落とし体のバネをためます
- 伸び上がるように、頭上を通し投げます

★ 当日の計測方法 ★

- 1人3回、連続で投げます
- ボールを触る前、投げたあとにアルコールスプレーで手を消毒します
- 空いている計測場所に速やかに移動し、どんな計測を行いますしょう
- 会場図



(引用資料: <https://www.fungoal.com/core-by-medicine-ball/>)

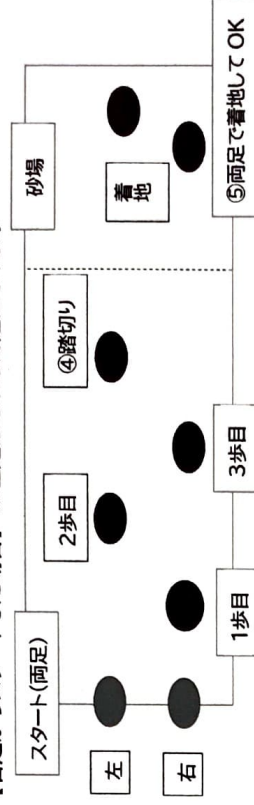
立ち5段跳び

☆立ち5段跳びとは！！

5歩でどれだけ遠くへ跳べるのかを測ります！！

▲ 練習方法と注意点 ▲

- スタートは両足で踏み切り、片足で着地！！
- どちらの足からスタートしても大丈夫！！
- 【右足からスタートした場合】※左足はもろん逆になります

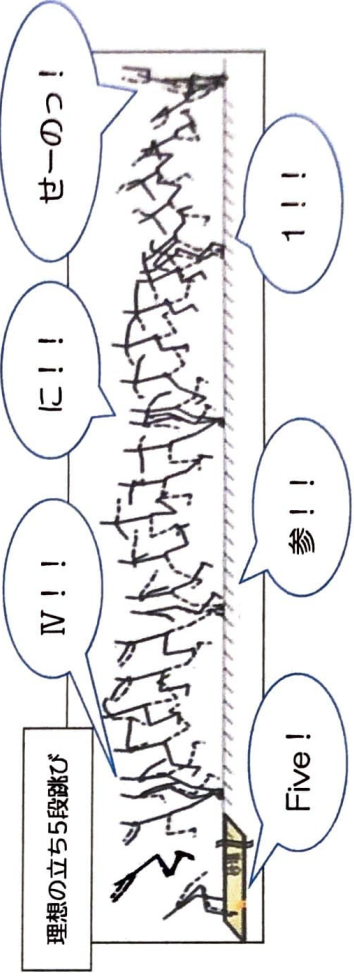


- 3歩目を力強く片足で跳び、4歩目で踏み切り、5歩目で着地します。
- 足やお尻で着地しても構いません。後ろに手がついてしまうと、走り幅跳び同様その場所が記録になってしまうので注意です。
- スタート地点は6m～10mまで1mごとに5か所用意します。自分にあった地点から始めてください。
- 学校でバウンディングの練習を行ってください。

(両足で踏み切り、片足で着地の練習を繰り返しお願ひします。)

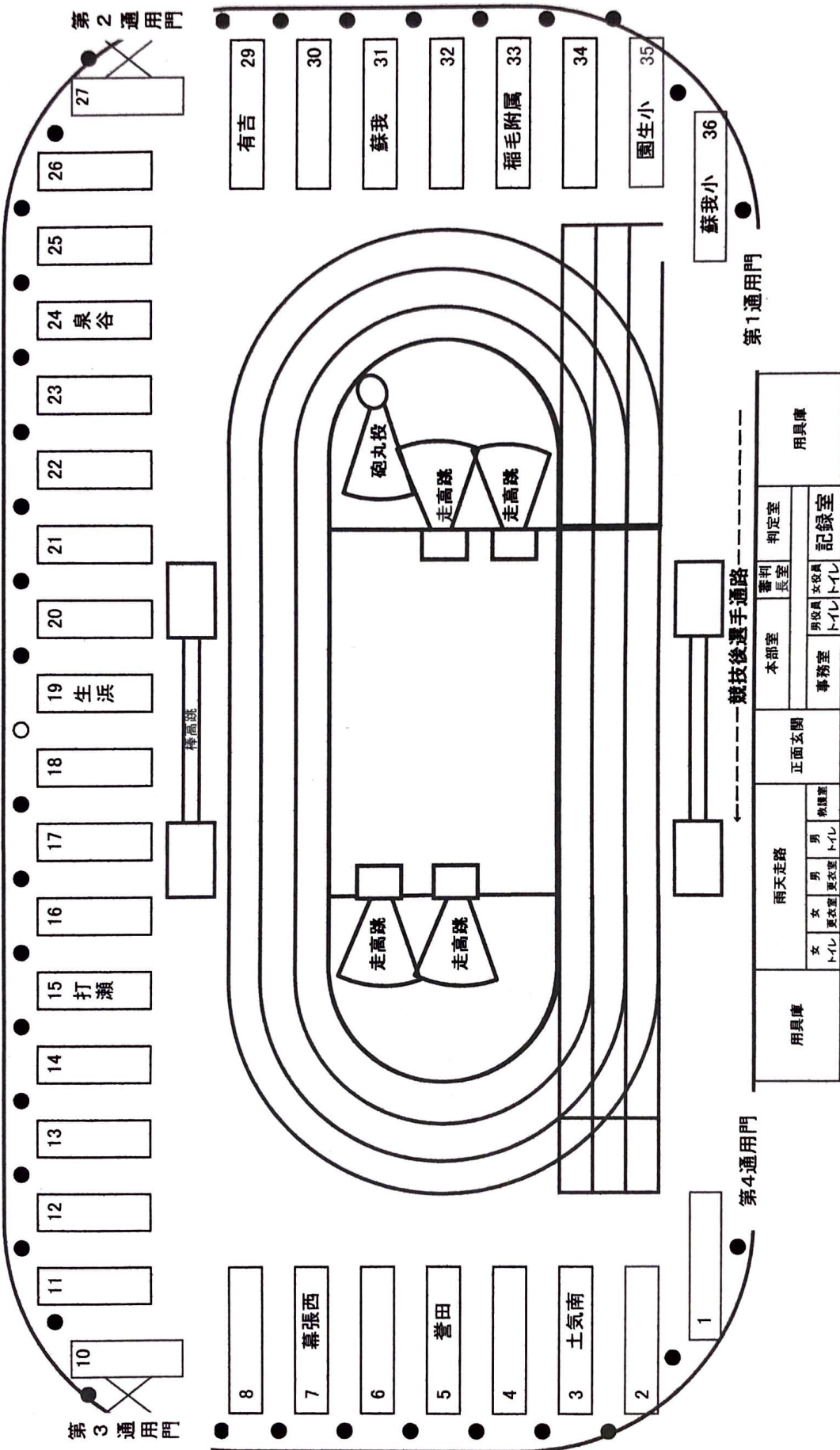
- 自分の記録が大体どれくらいなのか事前に砂場で測っておくと良いですな。

(当日は複数のスタート位置を用意しますが、自分がどの位置からスタートしたら砂場に着地できるのかを大体把握できると安全で円滑な競技進行ができます。)



青葉の森陸上競技場 陣地場所一覧【令和2年度 第8回千葉市公式記録会】

センターポール



- 芝生席ポールの間隔を基に番号を振りました。指定された場所を使用してください。
- 多少の陣地幅の増減については、隣の学校と相談して調整してください。
- 芝生席でテントを設営する際は、杭で固定するとともに、手すりとロープで結束してください。(強風で飛ばされないようにすること。)
- 雨天時についても原則割り当てられた場所を使用してください。
- 無観客となります。保護者等の来場はすべて禁止となります。
- 参加される小学生の陣地は、正面玄関隣スペースをご利用ください。