

令和8年度 若草中学校強歩大会実施についてのお知らせ

日頃より、若草中学校の教育活動にご理解・ご協力いただきありがとうございます。
本年度は、安全面を考慮しながら、下記の日程で、強歩大会を実施いたします。さまざまな面で、ご配慮をいただく場面があるかとは思いますが、よろしくお願いします。もし、時間に都合がつく場合がありますたら、沿道にて応援していただければ、ありがたいです。

1. 日 時 令和8年11月4日(水) (雨天延期)

予備日6日(金)

実施時間 9:00~12:00

女子スタート時間(予定) 9:15

男子スタート時間(予定) 9:45

2 目 的

- ・長い距離を走ることにより呼吸、循環器機能を発達させ全身の持久力、忍耐力を高める。
 - ・コースに見合うペースの取り方を考え、リズムカルな走法とペース配分を身につける。
 - ・各自の目標を設定し、達成しようと努力することで、達成感・成就感・爽快感を味わう。
- また、達成できなかったとしても努力したことに価値があることを学ぶ機会とする。

3 距 離 (コース図は、裏面に記載してあります。)

男子・女子同一コース 11.0km(赤コース+黒コース)・5.0km(赤コース+青コース)

4 その他

- ・生徒は、常に交通ルールを守らせ安全第一で行動する。
 - ・すべてのコースを原則として左側通行とする。交通量の多い所・右カーブは、特に確実に行う。
- 但し、歩道を最優先とし、場所によっては右側通行になる。

※ 今回の強歩大会では、交通規制は行いません。

この件に関する問い合わせ先
小中一貫校 南アルプス市立若草中学校 教頭
Tel 055-282-0211



若草中マスコットキャラクター“わっぴー”

令和8年度 若草中学校強歩大会コース図

