

令和7年12月吉日

陸上駅伝部 練習体験参加希望者各位

光明学園相模原高等学校  
陸上駅伝部監督 高橋良輔

## 陸上駅伝部 練習体験参加希望者の皆様へ

わたしたちは、相模原に根ざす駅伝チームとして、ファンに愛され、地域から必要とされる駅伝チームを目指し全力で前進して参ります。一度しかない高校生活を一つのことを追い求め、授業では体験できない人生において素晴らしい活動をさせたいと思っています。

さて、本校 陸上駅伝部では中学生の皆様の練習体験をお待ちしております。本校での陸上競技（中長距離・駅伝）を考えられている方は、是非、本校の練習にご参加いただき「ありのままの光明相模原」を肌で感じていただければと思います。

記

### <参加申し込み方法>

下記の参加申し込みフォームにお申し込みください。

後日、こちらからご連絡をさせていただき、練習日程・内容の調整をさせていただきます。

参加申込フォーム：<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScGWKQpdZ5-ZRA9TGQJF-Gjovrzj641iOQOzUGRKiUouN2XuA/viewform>

QRコードもご利用いただけます。



【場 所】 ●集合（受付）：本校 正面玄関前（部員がご案内します）

●練習場所：相模原ギオンスタジアム（クロスカントリーコース）

【持ち物】 運動着（中学校体操着・部ユニホーム可）・運動靴・汗拭きタオル・帰宅用着替え・飲み物

【内 容】 動き作り・体作り、ウォーミングアップ、メイン練習、快調走、クーリングダウン

【注意事項】 ●必ず、以下の注意事項をお読み頂きまして、保護者様の参加承諾をお願いいたします。

1) ご入力いただきました個人情報につきましては、本校関係者以外には公表いたしません。

2) 練習参加中に起こった怪我等の事故については、個人で保険にご加入願います。

3) 練習参加は、必ず中学校部活動顧問、担任教諭、所属クラブ等に参加の旨を伝えてください。

【そ の 他】 ●荒天等により実施の変更がある場合は、お申込みの際のメールアドレスにご連絡致します。

●学校見学や入試関連のお話もさせていただきますので、保護者の方もご来校いただけます。

●陸上競技経験の有無、実績は問いません。高校から駅伝に挑戦したいという中学生の参加もお待ちしています。

●本校陸上駅伝部には、**女子 中長距離・駅伝ブロック**もあり、女子生徒の皆さんのが参加も受け付けております。

●遠方からの受け入れ先として、**駅伝部専用の男子寮**があり、男子寮生の受け入れを行っております。

### <問い合わせ先>

陸上駅伝部監督 高橋良輔

メールアドレス：[takahashi\\_r@komyo.ed.jp](mailto:takahashi_r@komyo.ed.jp) / 本校電話番号：042-778-3333