

春休みの練習参加について

東京都立日野高等学校硬式野球部

合格おめでとうございます。

入学後、野球部への入部希望の生徒は、下記のように練習参加を行います。日野高校硬式野球部は全力で高校野球をやり、甲子園を本気で目指せる人を求めています。高校は、中学と比べるとパワーもスピードも格段に上がるので、下記の春休み練習参加前に、5km程度のランニング・墨間ダッシュ 20本・腹筋150、背筋150、腕立て60、スクワット100回程度の補強運動を日課にして、身体を作っておいてください。

共に夢の舞台を目指しましょう！

記

1. 日程 3月25日(月)～4月7日(日) *3/25は14時、3/26～4/7は9時集合
※場合によって変更もあります。

(毎日参加であれば、その都度明日の集合時間の確認はできますが、都合により休む場合には次の日の集合時間に変更がないか確認してください。)

2. 練習時間 基本的には午前中で終了予定
3. 場所 日野高校校庭
4. 持ち物 野球着(アンダーシャツ、アンダーソックスの色は黒)
帽子(中学時代のもので結構です)・運動できる靴・グローブ

なお、高等学校野球連盟には次のような規定があります。ご確認の上、下の承諾書をご提出下さい。

高等学校入学試験に合格した生徒で、中学校卒業式が終了したものは、3月25日以降、当該高等学校野球部の練習に参加しても差し支えない。

ただし、高等学校入学までは保護者の責任の下、当該高等学校長の下承を得て練習に参加するものとし、3月31日までの練習参加については中学校長にも保護者から通知をしておくこと。また、入学式までは「日本体育・学校健康センター法」の適用が受けられないので、任意の傷害保険に加入するように留意すること。

き り と り

承 諾 書

東京都立日野高等学校長殿

春休みの練習参加を承諾いたします。

出身中学校名

参加生徒氏名

保護者氏名

印