

宮崎第一高等学校

ICHIKO

体育系  
部活動

# オープン キャンパス

イチコーの  
部活を  
体験

ゲキアツの  
2日間!

14:00~16:00

9:00~11:00

# 2021.8/28・29

SAT

SUN

会場/宮崎第一高等学校(グラウンド・体育館)

※ハンドボール部は宮崎県総合運動公園トレーニング場体育館にて実施

見学だけでもOK!

# キミが輝く、とびっきり部活!!



- 野球部(男子)
- 空手道部(男・女)
- サッカー部(男子)
- ハンドボール部(男子)
- 陸上部(男・女)
- 女子バレーボール部
- 男子バレーボール部
- 男子バスケットボール部
- バドミントン部(男・女)
- 剣道部(男・女)
- 硬式テニス部(男・女)

希望者(中学生)は必要事項を記入のうえ、下記の方法で**直接本校にお申し込みください。**

**申込方法** FAX **0985-56-0088** 申込用紙を切り取らずに送信してください  
 メール **http://www.miyaichi.ed.jp** 学校ホームページ「学校説明会」申込フォームから送信してください

**郵送** 〒880-0924 宮崎市大字郡司分甲767 宮崎第一高等学校  
 申込用紙を切り、封書にて投函してください(コピーでも可)  
 お問い合わせ TEL(0985)56-2626 宮崎第一高等学校 入試準備室

**申込締切** **8/20** (金)

開催を延期もしくは中止する場合は本校ホームページで告知します。(メールでお申し込みされた方と、この用紙にメールアドレスをご記入頂いた方にはメールでお知らせします。)

中学校	
ふりがな	
生徒氏名	男・女
参加希望部活名	8/28
	8/29

住所	〒			
TEL	(携帯)			
メール	@			
参加人数	生徒	名	計	名
	保護者	名		

※ **中学校の先生方へ** 申し込み締め切り後に貴校生徒さんの参加状況をご報告します。

**各部活動の詳細は裏面をご覧ください**

## 注意事項

- 当日は本校からの送迎はありません。
  - 体験をされる方はウェア着用でご来校ください。
  - 発熱があったり体調不良の場合は参加を控えてください。
  - 当日は本校で簡易保険に加入しますが、保障に限度がありますので、各自で対策をお考えください。
- ★イベントのお問い合わせは(0985)56-2626  
宮崎第一高等学校 入試準備室 まで!

受付場所

**本校体育館前**

受付時間

- 8/28(土) 13:30～
- 8/29(日) 8:30～

★男子ハンドボール部の受付は「宮崎県総合運動公園トレーニング場・体育館」となります。

★男子ハンドボール部練習会場 → 宮崎県総合運動公園トレーニング場・体育館(宮崎市大字熊野1443-12)

運動できる服装とシューズでお越しください。熱中症予防のため、**飲料水・タオル・着替え**を必ず持参してください。

部活動	実施日		体験内容 ※見学だけでもOKです!	場所	持参物 ※練習着は各自で ご準備ください
	28日 14:00 16:00	29日 9:00 11:00			
完全燃焼! <b>硬式野球部</b> 男	☞	☞	☀️ <b>硬式球を打ってみよう!投げてみよう!</b> ・バット・キャッチボール・ブルペン投球 ☔️ 雨天時は野球部の概要説明をします	野球場 大教室	・野球用具一式* ★バット・ヘルメット(硬式用)は 野球部で準備します。
常勝ミヤイチ!強さの秘訣 <b>空手道部</b> 男女	×	☞	元日本代表・ミヤイチ空手道部OB→現空手道部監督 <b>花車泰平</b> 先生による <b>技術指導</b> + <b>メンタル強化術</b> ・常勝ミヤイチ空手道部の通常練習を体験	体育館1F	・空手用具一式
2021年度 宮崎県高校総体、堂々の3位! <b>サッカー部</b> 男	☞	×	☀️ <b>一高サッカー部の通常練習を体験</b> ・ゲーム形式(雨天決行) ☔️ 荒天時はサッカー部の概要説明をします	グラウンド 大教室	・サッカースパイク (トレシュー可)
ハンドボールの楽しさを知ろう! <b>ハンドボール部</b> 男	×	☞	・トレーニング ・基礎練習 ・ゲーム形式	宮崎県総合 運動公園 トレーニング場・ 体育館★	・屋内用シューズ ※駐車場代は各自でご負担ください
高校レベルを体感! 一高生と競争してみよう! <b>陸上部</b> 男女	×	☞	☀️ <b>体験!スプリントトレーニング</b> ・スピードステップ 20mTT ・砲丸フロント&バック ・ウオーターバック ・ハードルジャンプ ☔️ ・メディシンボールを使ったトレーニング ・ハードルを使ったトレーニング	グラウンド 記念ホール	・陸上スパイク (運動靴可) ・屋内用シューズ
夢はみんなと共に! <b>女子バレーボール部</b>	×	☞	・専属トレーナーによる体感トレーニング <b>一高バレー部に挑戦!</b> ・ゲーム形式	体育館2F	・屋内用シューズ
2m43cmの壁を超えよう! <b>男子バレーボール部</b>	×	☞	・基礎練習(レシーブ&スパイク) ・ゲーム形式	体育館2F	・屋内用シューズ
「走攻堅守」の精神 <b>男子バスケットボール部</b>	☞	×	・基礎練習(ボールハンドリング) ・ゲーム形式	体育館2F	・屋内用シューズ
自分で考え・自分が行動! <b>バドミントン部</b> 男女	☞	×	・基礎練習 ・ゲーム形式(シングルス・ダブルス)	体育館2F	・ラケット ・屋内用シューズ
目指せ!文武両道 <b>剣道部</b> 男女	×	☞	<b>中学剣道から高校剣道につなげよう!!</b> ・基礎練習 ・打突など	体育館1F	・剣道防具一式
初心者・軟式経験者大歓迎! <b>硬式テニス部</b> 男女	☞	☞	☀️ ・ウォームアップ ・基礎練習 ・チャンピオンゲーム ☔️ ・部活概要(練習内容説明) ・部活状況をビデオで紹介	テニスコート 大教室	・ラケット* ・シューズ ※ラケットがない場合は貸し出します