

かけっこクリニック

～ もっとはやく走りたい！～

★指導内容★

◎走る力を伸ばし、速く走るためのポイント指導

①姿勢 ②走り方 ③ストライドについて ④腕の振り方 ⑤フォーム

寒い時期ですが、春に向けて、運動能力を高め
好きなスポーツやこれからやりたいスポーツへの
きっかけにしてもらえたらと思います！

講師：仁科 晴之
体育協会
インストラクター

日時 平成31年1月26日(土)・2月9日(土)・2月23日(土)

13時00分～14時30分 <<全3回>>

会場 西ヶ谷総合運動場 陸上競技場

対象 走るのが苦手な子、もっと走る力を身につけたい
小学校1年生～3年生

定員 20名

受講料 1,500円

申込み 1月15日(火)9時00分から、西ヶ谷総合運動場受付窓口にて、
申込みを受け付けます(先着順)。
電話での申込みは出来ませんので、窓口まで会費を持参の上、お越し
下さい。
定員に満たない場合は、2月8日(金)まで申込みを受け付けます。

問合せはこちらまで

指定管理者：公益財団法人静岡市体育協会
西ヶ谷総合運動場 管理棟
静岡市葵区西ヶ谷8-1

☎054-296-1900