

親子で走って、楽しく身体を動かそう!!

おやこ de ラン教室

2026年

日時

3月14日 土 10:00~11:30

予備日 3月20日(金・祝) 小雨決行・荒天中止 (受付時間 9:30~)

※教室開始時刻の2時間前(8:00)から終了時刻の間に、静岡市南部に
【大雨・洪水・暴風】警報のうちいずれか1つでも発表された場合は教室が中止となります。

親子で学ぼう

- 走るための姿勢づくり
- ランニングドリル
- 親子ができる運動遊び
- スタートダッシュの方法
- 持久走のコツなど

会場

駿府城公園内

※当日の受付は、9:30より
駿府城ラン・アント・リフレッシュステーションにておこないます。

対象

小学生と保護者 20組
(※1組3人まで)

受講料

1組 1,000円
(※当日集金)

R&R station
ロッカールーム
無料で
利用できます!

持ち物

運動のできる服装・タオル
水分補給用の飲み物・日よけの帽子

講師

(公財)静岡市スポーツ協会
チーフインストラクター
伊藤 昌輝

[マスター子ども身体運動発達指導士
日本体育大学陸上競技部出身]

申込方法

専用申込フォームよりお申し込みください! (多数抽選)

申込期間

2026年1月19日(月)~2月16日(月)



申込はこちら

主催・
問い合わせ



公益財団法人
静岡市スポーツ協会
Shizuoka city Sports Association

指定管理者

スポーツ・まちづくり共同事業体 (公益財団法人静岡市スポーツ協会・公益財団法人静岡市まちづくり公社)

静岡市駿河区曲金3-1-10 ツインメッセ静岡西館2F

TEL 054-654-5151

静岡市スポーツ協会

検索