

楽しく走ろう!かけっこ教室

《大好評実施中》



年間を通してトップアスリートを招いた、かけっこ教室を開催しております!
「速く走るためのコツ」や「腕の振り方」・「走る時の姿勢」・「スタートダッシュの反応・構え方」など、ポイントに分けて丁寧に教えていただけます。また、ゲーム性のあるトレーニングでは、みんなで楽しく走ります!考えながら、動く!頭もからだもつながって、速く走るためのコツを自分のものにしましょう!是非、この機会にトップアスリートによる走り方指導を受けてみませんか!

講師



仁井 有介 氏

～Profile～

- A-bank 北海道
- ・元ハイテク AC 所属 100m 選手。
 - ・日本グランプリシリーズ陸上優勝
 - ・100M 自己ベスト 10秒34
 - ・現在は、日本ハムファイターズやコンサドーレ札幌の選手の走り方指導をしています。

料金 (保険料込)

500 円

※1回の料金となります。

雨天決行



12月

【14日目】 19日(土) 14:00～16:00
→ 札幌北コミセン

1月

【15日目】 9日(土) 15:30～17:30
→ 札幌東コミセン

【16日目】 10日(日) 未定

【17日目】 16日(土) 15:30～17:30
→ 札幌東コミセン

【18日目】 17日(日) 9:30～11:00
→ 札幌東コミセン

【19日目】 30日(土) 15:30～17:30
→ 札幌東コミセン

【20日目】 31日(日) 9:30～11:00
→ 札幌東コミセン

参加対象

小学生 (1～6年生)

持ち物

汗拭きタオル・飲み物

～締め切り日～

各日にちの2日前まで

【問い合わせ先】 クラブスタッフ 新倉 榛名

・ TEL 080-1888-4128 ・ Email hrn2ikr.0323@gmail.com