

西湘かけっこ教室

今日の自分より速く走ろう！ 幼児・小学生対象のスポーツ教室

運動の基本でもある走り方を身に着けることで、巧緻性や基礎体力などの向上を育みます。

また、様々なスポーツに適応出来る運動能力向上や、『もっと速く走りたい』と言う向上心を養います。



教室の主な内容

- ☆腕振り
- ☆走るフォーム
- ☆走る時のポイント
- ☆ドリル（基本動作）
- ☆大きく動く、速く動き
- ☆マーカートレーニング
- ☆スタート練習、他



コース A…5/8、15、22、29
 (全4回指導) B…9/4、11、18、25

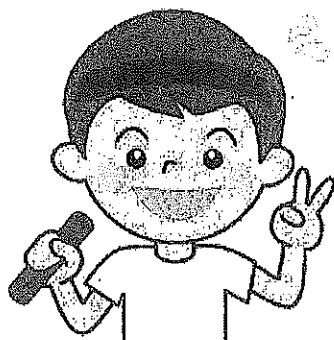
場 所 西湘地区体育センター体育館

時 間 幼 児 (年中長) …15:00～16:00
 小学生 …16:30～17:30

定 員 各20名

会 費 各期2,200円(税込) * 傷害保険料を含む

準 備 運動の出来る服装・室内用運動靴(上履き不可)
 タオル・飲み物



企画・運営

西湘スポーツセンター
 指定管理者：BSC・三洋装備グループ

指導

株式会社 B S C

参加申込み方法

電話または直接受付にお申込みください。また、下記参加申込用紙に必要事項を記入の上、指導日まで(当日可)に、当センター受付へご提出ください。(FAX可) ※参加費は当日徴収します。

お問合せ・お申込み先

西湘スポーツセンター「西湘かけっこ教室」宛
 TEL0465-48-2650 FAX0465-47-1967

※ 定員を超えた場合は、申込み順とします。また、申込みが5名に満たなかった場合は、教室を中止とさせていただく場合があります。あらかじめご了承ください。

.....き.....り.....と.....り.....せ.....ん.....

2020年度 西湘かけっこ教室 (A・B) 参加申込書

ふりがな 参加者名			男・女	保護者名	①
生年月日	平成	年	月	日	電話番号 ()
住 所	〒				