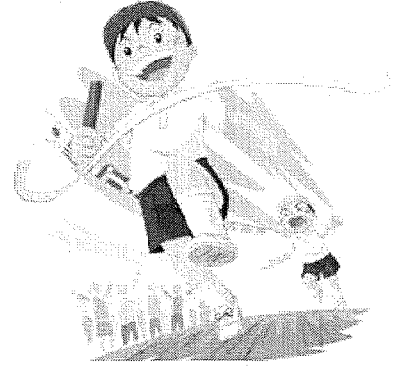


# 西湘かけっこ教室

## 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

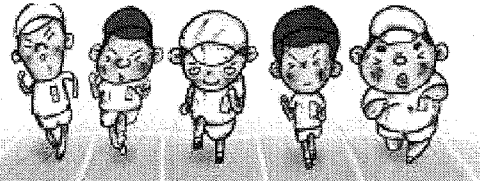
運動の基本でもある走り方を身に着けることで、巧緻性や基礎体力などの向上を育みます。

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…5/12、19、26、6/2  
 (全4回指導) B…9/1、8、15、22  
 場 所 県立西湘スポーツセンター体育館  
 時 間 幼 児 (年中長) …15:15～16:15  
           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きます。あらかじめご了承ください。

## 2023-1 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	⑧
生年月日	年	月	日	学 年	電話番号 ( )
住 所	〒				