

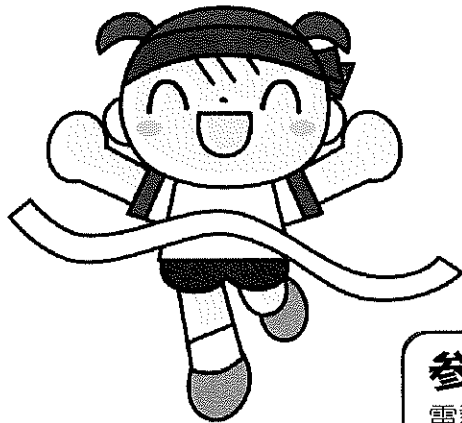
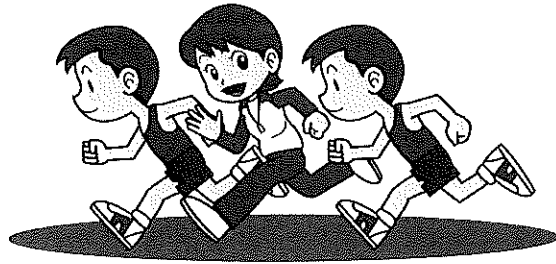
西湘かけっこ教室

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應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

- ☆教室前後の走力測定
- ☆腕振り
- ☆走るフォーム
- ☆ドリル（基本動作）
- ☆大きい動き、速い動き作り
- ☆ミニハードル
- ☆スタート練習、他



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BSC

コース Aコース 5/9、16、23、30
(4回指導) Bコース 9/19、26、10/3、10
場所 西湘スポーツセンター体育館
時間 幼児(年長) …15:15～16:15
小学生…16:30～17:30

※今年度幼児クラスは、年長児のみとなります。

定員 各15名

会費 各期2,100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・タオル
飲み物

参加申込み方法

電話にてお申込みの上、1週間以内に下記参加申込用紙に必要事項を記入の上、FAXまたは直接当センター受付へご提出ください。

参加費は当日でも構いません。

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

※ 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。

2025年度 西湘かけっこ教室 参加申込書【A・Bコース (〇で囲む)】

ふりがな 参加者名	学年		男 ・ 女	保護者名	
生年月日	年	月	日	電話番号	()
住所	〒				

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