

2022年度 第3回 東京陸上競技協会 小学生陸上競技体験教室

「走る！投げる！跳ぶ！歩く！」いろいろなスポーツの基礎になる陸上競技や、速く走るためのワンポイントアドバイスなどを基本から指導します。

陸上の楽しさ、すごさを身近で体験しよう！

ハッシュタグ #ハッシュタグ

日付：2023年3月21日（祝日）

時間：12:30～13:00 受付

13:00～16:00 頃まで活動

会場：杉並区立 松溪中学校 校庭・体育館

（杉並区荻窪 2-3-1）

天候：荒天以外 雨天時決行

参加費：100円（団体保険）

内容：『走る』『高く、遠くへ跳ぶ』『投げる』ためのワンポイントアドバイス

種目別練習（走る・走高跳・走幅跳・ジャバリックボール・棒高跳の予定）

対象：都内在住の小学3年生～6年生

申込：下記 URL もしくは QR コードよりお申し込みください

<https://forms.gle/cBKwzdCHJABnxQ546>



※ 東京陸上競技協会ウェブサイトからもお申し込みができます。



◎服装・持ち物：走りやすい服装（運動着）

運動靴（雨天時は室内用運動靴）タオル、飲料水

◎お問い合わせ：oshiov3003@yahoo.co.jp

◎公共交通手段でお越しください。