



WAVE宮崎

第2回小学1～3年生陸上教室



日程 11月11日(土)
11月25日(土)



—コツをつかんでレベルアップ—

『速く走る』と言ってもただ走りこむだけでは速く走れるというわけではありません。
走りのコツを身に着けるのが速く走る近道です。
足の動かし方、正しい姿勢、腕の振り方などのコツを学びます。
習ったコツを復習してみてください

※この教室では、全体へのフォーム指導は行いますが、個人への特別なフォーム指導は行いません。
個人へのフォーム指導ご希望の方は家庭教師をご利用ください。

対象者	小学1～3年生
日程	平成29年11月11日(土) 11月25日(土)
レッスン時間	11・25日(土)13:00～14:30(90分)
開催場所	五十市地区体育館
定員	各回10名(先着順)
準備するもの	運動できる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物
料金	各回1000円
指導者	大脇 健志 JAAFジュニアコーチ/日本体育協会公認スポーツリーダー
申込先	電話受付 090-7446-9694 Webサイト「まちたん」の親子かけっこ教室ページから申込みできます。 WAVE宮崎のホームページ・Facebookからも申し込みできます。