

不入斗公園第5回“かけっこ”教室を開催します。

「走る」ことはすべてのスポーツの基礎です。

体格や筋力などには個人差がありますが、「身体の使い方」を理解することで今より速く走れるようになります。

小学4年生～6年生を対象として不入斗公園陸上競技場にて全6回、横浜国立大学陸上競技部顧問の伊藤信之先生が速く走るための「ポイント」「方法」を指導します。また同校短距離部員も一緒に走りながらサポートします。

かけっこが速くなる“きっかけ”を学んでみませんか？

1. 開催期日

平成31年(2019)5月9日(木) 5月16日(木) 5月30日(木)
6月6日(木) 6月13日(木) 6月20日(木)の全6回
毎回午後4時30分～午後6時00分

2. 会場

不入斗公園陸上競技場

3. 主催

一般財団法人シティサポートよこすか

4. 指導者

横浜国立大学教育学部教授伊藤信之先生

5. 協力

横浜国立大学陸上競技部短距離ブロック

6. 対象

小学生4年生～6年生

7. 定員

30名(応募者多数の場合は抽選で参加者を決定いたします。)

8. 参加費

6回分障害保険など1人2,000円 初日に徴収いたします。

9. 申し込み方法と締切

往復はがきに郵便番号・住所・氏名・電話番号・学年・学校名・教室名を記入し申し込んでください。4月25日(木)必着です

10. 申し込み先

〒238-0051 横須賀市不入斗町1-2 不入斗公園内
一般財団法人シティサポートよこすか 緑地公園管理課 Tel.823-9444



*毎回、かけっこができる服装と運動靴でご参加ください。

雨天の場合は隣接の鶴久保小学校体育館でトレーニングとなりますので体育館履きを必ずご持参ください。