

CRS 陸上スクール 幼児(小学生含む)募集!

千代台陸上スクール 通称(CRS)

校長 岡部 壽一

陸上競技の普及発展と小中高一貫指導で競技力の向上を目指す

7月かけっこ教室第二弾!

練習内容 「運動会で頑張ろう!」

- 1 ランニング 体操 柔軟運動
- 2 ラダーを使用して、脚の運動各種
- 3 ミニハードル使用して 脚の運動各種
- 4 スタートダッシュ20m～50m等各種
- 5 リレー練習他
- 6 鬼ごっこ他

1 日 時 7月 2日(日) 9時半～11時

7月 9日(日) 7月16日(日)

7月23日(日)

2 場 所 千代台公園陸上競技場 マラソングート前

3 費 用 1回500円

4 コーチ及び申し込み先

田口恵理子コーチ 090-8708-1300

東 輝佳コーチ 090-6448-1896