



フレス工業陸上部地域貢献事業  
♪ 走り方のコツをつかもう ♪

# 「走り方教室体験会」

**4/16(木) 雨天:善行小体育館**

**16:30~17:45**

**集合16:15**

**善行小学校校庭**

**低学年10名 高学年10名**

**申込開始3月16日(月)先着順**

- \* 入会希望の方は、体験会終了後Tシャツのサイズを測ります。必ずご参加ください。
- \* 体験会は保護者同伴です。子どもだけの参加はできません。

《レッスンスケジュール》練習内容は変更となる場合があります。

- ①準備体操
- ②ラダーを使って素早く足を動かそう
- ③スタートダッシュのコツをつかもう
- ④ミニハードルを使って大きな走りを身に付けよう
- ⑤50mタイムトライアル! ⑥リレーでみんなと盛り上がりよう♪

《持ち物》動きやすい服装、運動靴、飲み物、タオル、体育館シューズ（雨天時）

《その他》※善行小学校は敷地内駐車禁止です。近隣の有料コインパーキングをご利用ください。

※当教室は記録として写真・動画の撮影を行います。また、ホームページ・チラシSNSなどにこれらの素材は使用される場合があります。不可の方はご参加をご遠慮ください。

※天候による中止・変更連絡等は15:30ごろに決定いたします。

ランニング教室 毎月1回水曜日 16:45~17:45 川県立スポーツセンター(善行)  
特別支援級・別支援学校・養護学校に通われている小中学生対象

ホームページ



《お申し込み方法》申込受付期間 3月16日(月)~【先着順】

ホームページ⇒トップページ⇒メニューボタン⇒お問合せ

件名:「走り方教室体験会」

名前(ふりがな)⇒お子様の情報を入力

お問合せ内容: 住所・電話番号・性別・生年月日・学年(4月からの)・学校名を入力



地域総合型スポーツクラブ

一般社団法人 善行大越スポーツクラブ

藤沢市善行団地6-1 西門 0466-77-5345

✉zosc@cityfujisawa.ne.jp ホームページ <https://www.zosc-sports.club>