



もっと速く!もっと遠くへ!

記録が伸びた参加者多数!

# 実業団監督やコーチによる指導 冬季陸上教室

令和6年1月～3月  
村内在住の小学生対象  
会場：南部運動場

○対象 村内在住の小学生  
低学年（1～3年）20名  
高学年（4～6年）20名  
※申込多数の場合は、抽選となります。  
結果はメールでお知らせします。

○参加費 3,000円  
※教室の初回でお支払いください。

○持ち物 スポーツができる服装・飲み物・  
タオル・なわとび  
室内シューズ（雨天時）

### 講師紹介

#### 佐藤雄治

- ・中央発條陸上部監督
- ・箱根駅伝出場

#### 二宮聡

- ・現役陸上選手（十種競技）
- ・小島プレス陸上部コーチも務める
- ※代行講師が指導にあたる場合もあります。



申込QR

### 申込方法

本書QRコードをスマホで読み取り、WEBから申込みをお願いします。

申込期限：令和6年1月14日（日）午後5時まで

### 問合せ

飛島村中央公民館内生涯教育課（月曜休館）  
☎0567-52-3351

冬季陸上教室の  
3つのポイント!



### その1

日本トップ選手を  
指導するコーチが  
直接指導

### その2

3月の測定会で  
教室の成果を  
実感!

### その3

アスリートと交流し  
一流の動きに  
触れる!

	日程	時間	会場	内容
①	1/24(水)	19:00～20:30	南部運動場 雨天時は 総合体育館	陸上専門コーチやアスリートが走る・跳ぶ・投げる正しい動きや体の動かし方のコツを指導します。 3月の陸上チャレンジゲームズ（記録測定会）にも参加して、陸上選手と一緒に走ったり、教室の成果を実感しよう! ※予備日：3/13（水）
②	1/31(水)			
③	2/7(水)			
④	2/14(水)			
⑤	2/21(水)			
⑥	2/28(水)			
⑦	3/6(水)			
★	3/17(日)	9:30スタート(予定)	南部運動場	陸上チャレンジゲームズ