



元オリンピック選手に 教えてもらおう 陸上競技場 キッズアスリート教室 R8 第2期

《キッズアスリート教室》2期は最終日に
『ミニ記録会(非公認)』を開催します!!
2期の参加者はそのままミニ記録会に参加していただけます。
みんな夏のミニ記録会に向けて今から準備しよう!!

主催



一般財団法人

姫路市まちづくり振興機構

Himeji Urban Development Foundation

開催日程

令和8年 第2期

対象 小学生

時間 17:00 ~ 18:00

1回 7月 8日(水)

2回 7月 15日(水)

3回 7月 22日(水)

4回 8月 5日(水)

5回 8月 19日(水)

8/19ミニ記録会(非公認)

8/19のみ16:00~18:00

※ミニ記録会 予備日

8月26日(水)

16:00~18:00

会場 ウィンク陸上競技場

受講料 5回 9,000円

受付開始6月 10日(水)~

姫路市立総合スポーツ会館

2F窓口にて

※ホームページの注意事項もご覧ください。



講師：市川 良子

アトランタオリンピック女子

シドニーオリンピック女子

5,000M日本代表

日本陸上競技選手権大会

4回優勝

国際陸上競技連盟公認レベルコーチ

講師：辻 尚人

JAFF公認ジュニアコーチ

申込：姫路市立総合スポーツ会館

Tel.079-293-1321

元オリンピック選手に

教えてもらおう 陸上競技場

キッズアスリート教室

R8 第2期

練習メニュー

「走」 スターティングブロック(スタート踏切版)を使ってロケットスタート

「跳」 走り幅跳びに挑戦！助走練習・幅跳びピットにて跳躍練習

「投」 砲丸投(ジャベリックボール)に挑戦！持ち方・構え方・投げ方

すべての練習の最後に記録を計れます！

1人ひとりのレベルに応じた指導を行います。

ミニ記録会に向けた練習をします。

☆『ミニ記録会』について

- ・ 日時:8月19日(水) 16時~18時 予備日 8月26日(水) 16時~18時
1回から4回は17時~18時ですが、最終日の記録会は16時~18時です。ご注意ください。
- ・ 参加料:1,800円 ・ 受付期間: 8月10日(月)~8月17日(月)
- ・ 最高記録を記した『記録証』をお渡しします。キッズアスリート2期にご参加の方はお申込は必要ありません。

☆持ち物 帽子・飲み物・タオル・雨天時のための着替え・カッパ 雨具等

※ 注意事項

☆お申し込み後の返金はできませんのでご了承ください。

☆開催中事故が発生した場合、応急措置はいたしますが、その後の責任は負いません。

☆中止について

1回から4回までは雨天決行ではありますが、悪天候の場合、総合スポーツ会館で開催、または中止する場合があります。体育館開催の場合、必ず体育館シューズをご用意ください。

その他、緊急連絡等は姫路市まちづくり振興機構スポーツ教室ホームページでお知らせします。各自ご確認ください。