



# 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R4 第1期

昨年度大好評だった《キッズアスリート教室》が1クール3回のコースとなり、バージョンアップしました！陸上競技場で本物の競技用具を使い、すべての運動の基本となる「走る」「跳ぶ」「投げる」動作を遊びを交えながら楽しく取り入れ、幅広い分野のスポーツに対応できる運動能力を養います。君もオリンピック気分です！1回目、2回目、3回目と自己記録の進化を確認しよう！

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4年 第1期

Aコース 先着15名

小学2年生 ~ 小学6年生

5月10日(火)

5月17日(火)

6月 7日(火)

Bコース 先着15名

小学1年生 ~ 小学4年生

6月21日(火)

7月 5日(火)

7月12日(火)

時間 16:50~18:00

会場 ウィンク陸上競技場

受講料 3回 5,400円

受付開始4月12日(火)~

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

主催：(一財)姫路市まちづくり振興機構

共催：姫路市

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R4 第1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』 走り高跳びに挑戦！ 低学年は走り幅跳びに挑戦！

『投』 砲丸投(低学年はジャベリックボール)に挑戦

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。

### ☆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

雨天決行ではありますが、悪天候の場合中止する場合があります。その場合は返金いたしません。

新型コロナウイルス感染拡大において緊急事態宣言等発令による中止連絡は

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。