

冬休みにチャレンジ! カッコイイ走り方をマスターしよう!

12月26日(木曜日)

① 10時～11時 小学1年生～小学3年生

② 11時30分～12時30分

小学4年生～小学6年生

ないう プログラム内容

せんもん
専門のコーチがスポーツ時や運動会で強みになる走り方のコツをお伝えします!
はし かた
(走り方、スタートのフォームチェック・バランス能力向上トレーニング・ドリル練習など)



講師 遠藤 佳生 (えんどうよしき) 氏 / アスレティックトレーナー

トレーナー・ランニングコーチとして幼児からシニアまでのトレーニングやランニング、小学生向けかけっこ教室など多数指導。発育発達学、運動生理学などの観点から各年代に合った指導を行っている。

会場：大和市民交流拠点ポラリス 2階アリーナ / 参加費：200円
対象：大和市内在住・在学の小学1～6年生 / 定員：各30名 (定員を超えた場合は抽選)
申込：窓口または官製はがきに、下記事項を明記してください

- ①講座名②氏名(ふりがな)③学年④電話番号⑤郵便番号
- ⑥住所(大和市外にお住みで市内在学の方はその旨をお書きください)
- ※はがき1枚につき1名の申込み
- ※持ち物等は当選はがきにてご連絡します

12月15日(日)必着



【送り先】〒242-0007 大和中央林間 1-3-1 大和市民交流拠点ポラリス行

■ ホームページ ■

<https://yamato-hokubu.jp/>

- 保護者の方の見学は可能です。小さなお子様と一緒にいる場合は、講座の妨げにならないようご配慮をお願いいたします
- 天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、講座が中止、変更になる場合がございます。予めご了承ください
- 応募されたご本人さま以外のご参加はお断りいたします

【お問合せ】大和市民交流拠点ポラリス TEL 046(274)4361
北部文化・スポーツ・子育てセンター

主催 | やまとみらい(市民交流拠点 指定管理者)

