ジュニアスポーツエール事業

オリンピアンのジュニア陸上教室要項

主催：東京都・（公財）東京都スポーツ協会・（特非）立川市スポーツ協会
主管：（特非）立川市陸上競技協会

日時：２０２６（令和８）年１１月２８日（土）当日受付も可
　１部　午前１０：３０～１２：００　未就学・小学生　立川公園陸上競技場
　２部　午後１３：００～１４：３０　中学生・高校生　立川公園陸上競技場
　３部　午後１６：３０～１８：００　中学生・高校生　泉市民体育館第２体育室

会場：１部と２部は立川公園陸上競技場　立川市錦町 6－29－62
（雨天時は立川市第八中学校体育館体育館用靴を持参）立川市富士見町 7－24－1
３部は泉市民体育館第２体育室　立川市泉町 786-11
泉市民体育館第２体育室と立川市第八中学校体育館は体育館用靴を持参してください

講師：　右代啓祐　講師　（十種競技）
　　西田隆維　講師　（マラソン）

対象：小学生・中学生・高校生
内容：
１部「楽しく体を動かそう！～体を上手に動かす力を身につけよう～」
体を動かす楽しさを感じてもらいながら、走る・跳ぶ・投げるなど、
さまざまな動きを体験する。
２部「走る・跳ぶ・投げるを学ぼう！～自分の力を引き出す動きを身につけよう～」
陸上競技の基本的な動きや技術を学び、競技に活かせる動きを身につける。
３部「強い体をつくろう！～冬季トレーニングを体験しよう～」
冬季のトレーニングや体づくりなど、より実践的な内容を体験する。

参加費：無料
申込：立川市陸上競技協会にメールで申し込みください。

参加申込リンク→https://forms.gle/8cpstZaczpmCwZV67

右の QR コードより申し込み可

問い合わせ先　立川市陸上競技協会　理事長　飯塚　智子　090-6926-4673
メールアドレス tachikawarikyo2020@gmail.com

※ 雨天の場合は会場が変わります。下記 HP で確認してください
立川市陸上競技協会ホームページ https://rikujyo1.jimdofree.com/