

立川市ジュニア体力及び競技力向上事業

## 秋本真吾講師の陸上競技教室

主催 立川市  
主管 (特非) 立川市体育協会・立川市陸上競技協会  
日時 平成28年11月3日(木) 午前9:30～12:30 (雨天決行)  
受付 午前9:00～9:15  
会場 泉町野球場 (泉市民体育館の西側)  
雨天時は泉市民体育館第二体育室 (立川市泉町786-11)  
対象 小学生・中学生・高校生 (立川市内在住・在学・在クラブ) 定員200名  
参加費 無料  
締め切り 10月30日  
申し込み先 立川市陸上競技協会 FAX 042-527-8745  
問い合わせ 090-6926-4673 (飯塚)

### 講師 秋本 真吾 (あきもと しんご・1982年4月7日 生まれ)

●2012年まで400mハードルのプロ陸上選手として活躍。200mハードルアジア最高記録保持者。100mのベストタイムは10秒44。●2013年からスプリントコーチとしてプロ野球球団、Jリーグクラブ所属選手など多くのスポーツ選手に走り方の指導を展開。●年間1万人の小中学生への走り方教室を全国で展開。●2013年に地元、福島県「大熊町」のために被災地支援団体「ARIGATO OKUMA」を立ち上げ、大熊町の子供たちへのスポーツ支援、キャリア支援を行う。●2015年にNIKE RUNNING EXPERT / NIKE RUNNING COACHに就任。●2016年に初の書籍「つま先力トレーニング」「小学生のための走り方教室」を出版。

### 当日スケジュール (予定)

午前9:00～9:15 受付  
9:30～12:30 あいさつ・準備運動・走りの基本  
秋本講師の経験トーク・陸上競技ポイント実践



切 り 取 り 線

### 11月3日 陸上競技教室 申し込み書

(ふりがな)

氏 名 \_\_\_\_\_

学校名 \_\_\_\_\_ 学年 \_\_\_\_\_ 年生 (男 ・ 女)

連絡先電話番号 \_\_\_\_\_ (定員をオーバーした場合の連絡先)

申込に際して、個人(保護者)の責任において、申し込みます。

保護者署名 \_\_\_\_\_