



立川市ジュニア体力及び競技力向上事業



陸上競技教室

短距離走（鈴木哲平先生・稲毛直也先生）・食について（黒川理加先生）

主催 立川市
主管 NPO 法人立川市体育協会・NPO 法人立川市陸上競技協会
日時 平成30年 5月 6日(日) 午前9:30～12:30（雨天決行）
受付 午前9:00～9:20
会場 立川公園陸上競技場（立川市錦町6-29-62）電話 042-522-7250
雨天時は柴崎市民体育館第二体育室（立川市柴崎町6-15-9）042-523-5770
シューズ（体育館履き）持参してください

対象 小学生・中学生（定員100名）

参加費 無料

締め切り 4月30日

申し込み先 立川市陸上競技協会 FAX 527-8745 メール f.iizuka@beach.ocn.ne.jp

問い合わせ 090-6926-4673（飯塚）

講師 鈴木哲平先生・稲毛直也先生 短距離走の基本実技
黒川理加先生 水分補給 運動前と運動後の食事の取り方

当日スケジュール（予定）

午前9:00～9:20 受付開始

9:30～11:00 準備運動 走りの基本（短距離走）

11:15～12:00 食の大切さ

- 注意事項
- 1、活動中に発生した事故・ケガ等については、スポーツ安全保険によるもののほかは、責任を負いません。
 - 2、個人情報の保護法令を遵守し参加者の個人情報を取り扱います。
 - 3、映像、写真、記事、記録等のインターネット等への掲載権は主催者に属する。

----- 切 り 取 り 線 -----

5月 6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 _____

申込に際して、個人（保護者）の責任において、申し込まず。

保護者署名 _____