

【参加無料】

めざせ! 自己ベスト!!

# 走り方教室



日時  
会場

各回とも  
9:30~受付

11月10日(日) 10:00~11:30【ソフトボール場】

11月24日(日) 10:00~11:30【水分小学校運動場】

12月8日(日) 10:00~11:30【水分小学校運動場】

※参加回数は自由です。1日だけの参加でもお気軽にお申し込みください。  
※雨天時は水分小学校体育館にて行います(室内履きをご持参ください)。

対象

小学1年生~中学3年生まで

動きやすい服装でお越しください。タオル、飲み物をご持参ください。

申込

令和6年10月31日(木)締切

(申込方法) 田主丸アリーナ(1階)窓口に持参、電話、FAXにて申し込み

内容

マラソン大会や学校での記録会に向けて「楽しく」「カッコよく」「速く」走れるよう、走り方を練習します。

走るためには、足だけではなく腕や肩甲骨なども使わなければなりません。もちろん柔軟性も必要です。伸び方には個人差がありますが、少しでも早く走れるように正しいフォームを身につけて頑張ってみませんか？



カル・スポクラブ

お申し込み  
お問合せ先

(事務局) NPO 法人田主丸カル・スポクラブ  
(受付) 田主丸アリーナ(1階)(田主丸町常盤1111番1)  
(TEL/FAX) 0943-74-7080



切り取り

## 走り方教室 参加申込書

ふりがな 氏名		男・女	ふりがな 保護者氏名	
住所				
( )小学校	年・田主丸中学校	年	緊急連絡先	

※ご記入いただきました個人情報は、本教室参加に関してのみ使用させていただきます。

申込締切 / 10月31日(木)まで