

# スプリント教室

速く走るために必要な動きを身につけよう！

「走るのが速いのは生まれつき？」そんなことはありません。いい動きを身につけて、身長にあった練習をすれば、もっと速く走れるようになります。小学5・6年生は、筋肉を動かす神経が完成し、短距離に必要な筋肉ができはじめる時期であるといえます。なので1番動きづくりに適した季節と時期といえます。教室では自分の走りの特徴を知り、1人1人が目当てを見つけ必要な動きを身につけていきます。

## <日 程>

実 施 日		実 施 時 間
8月	29日	火曜日 18:00~20:00  8月29日・11月11日は 15:00~17:00
9月	5日・19日	
10月	3日・24日	
11月	11日・21日	

## <場 所>

Pikaraスタジアム / 多度津町立豊原小学校  
8月29日、11月11日は多度津町立豊原小学校に集合して下さい。

## <定 員>

30名(先着順)

## <対 象>

小学生5年生~6年生



## <参加料>

3,500円

スポーツ保険に加入希望の方は別途、保険料800円が必要です。  
既にスポーツ保険に加入の方は必要ありません。

## <申込み方法>

(1) 受付期間  
受付時間

平成29年8月7日(月)より  
9:00~20:00  
先着順により、定員になり次第締め切ります。  
参加希望者が多数の場合は、8:45より整理券を配布します。

(2) 申込み方法

- ① 申込者が1人1回につき、1人の受講者の申込みとなります。
- ② 受講者が2人以上の申込みをする場合は、まず1人の申込みを終え、その時点で他の者が順番を待っている時は、その最後尾に位置するものとします。
- ③ 丸亀競技場に備え付けの申込書に必要事項を記入の上、参加料を添えてお申込下さい。(電話でのお申込は出来ません。)
- ④ キャンセルの場合は返金はいたしかねますので、あらかじめご了承下さい。
- ⑤ 参加料はお釣りが無いようご準備下さい。



## <問い合わせ>

.....