

競技力向上を目指そう！

陸上競技教室 スキルアップクラス



参加者募集中！

- 場所 ■ 補助競技場
- 日時 ■ 詳しい日程は裏面をご確認ください
- 受講料 ■ 1,000円/回（税込）
- 対象 ■ 小学校4年生～6年生
中学生・高校生・一般

内容

- 短距離・ハードルを中心に技術向上を目指した練習を行います。
- 競技者向けの内容となっております。
- 年代・参加者のレベル別に練習メニューを調整します。お気軽にご相談下さい。

講師

若江 真志
100mベスト10秒67
400mハードル49秒97
(全日本学生陸上競技大会優勝)

- 動きやすい服装、運動靴、陸上競技用スパイク(お持ちの方)、飲み物、タオルを持参してください。
- 定員は20名です（先着順）

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あらかじめご了承ください。



Balcom BMW 広島総合グランド

TEL : 082-231-3077

〒733-0036 広島市西区観音新町2-11-124
<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7103>

●営業時間 3月～10月 7:00～21:30
11月～2月 7:00～18:30

●休場日 年末年始(12月29日～1月2日)
臨時休場日あり

2023年度 陸上競技教室 スキルアップクラス 日程表

月	日程	備考
1月	7日(日) 14:15~15:45	※雨天中止の場合はご連絡 致します。 【お問い合わせ】 電話 082-231-3077
	15日(月) 17:30~19:00	
	20日(土) 16:15~17:45	
	28日(日) 14:15~15:45	
2月	5日(日) 14:15~15:45	
	19日(月) 17:30~19:00	
	26日(月) 17:30~19:00	
	5日(日) 14:15~15:45	
3月	5日(日) 14:15~15:45	
	11日(月) 17:30~19:00	
	18日(月) 17:30~19:00	
	24日(日) 11:15~12:45	
	5日(日) 14:15~15:45	
	12日(日) 11:15~12:45	

※2023年11月20日現在