

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います。
- 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、あしからずご了承ください。



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

2022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
10月	9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
	17日(月) 17:15~18:45	
	24日(月) 17:15~18:45	
	31日(月) 17:15~18:45	
11月	6日(日) 16:15~17:45	
	14日(月) 17:15~18:45	
	21日(月) 17:15~18:45	
	28日(月) 17:15~18:45	
12月	10日(土) 14:15~15:45	
	18日(日) 17:00~18:30	
	25日(日) 11:15~12:45	

※2022年5月26日現在