

周りのお友達に差をつける！

# ミズノ 走り方教室



## 参加者大募集

**場所** 紀の川市民公園 若もの広場 東側

**日時** 3月16日(土)  
①10:30~11:30 ②14:00~15:00

**受講料** 500円(税込)  
※当日体育館受付にてお支払いください。

**対象** 年長~小学生4年生

●動きやすい服装、運動靴、飲み物  
タオルを持参してください。

●定員 20名 (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。  
また、教室中に撮影した写真はチラシ、広告等に使用させていただく場合がございますのであらかじめご了承ください。

小雨は決行しますが、悪天候の場合は中止します。  
中止の場合は当日9時までに決定し、HPで発表します。

## \* 走り方教室とは

走ることが好きじゃない…。嫌だ…  
そんな苦手意識を克服するための  
楽しいプログラムです♪  
走り方の基礎を楽しく身に付けよう★

## 内容

- ①50m走
- ②正しい姿勢作り
- ③腕振り
- ④足の動き
- ⑤50m測定

走り方の基本を学ぼう！！

HP、インスタグラムでイベント情報など  
お得な情報を配信しています！  
是非フォローしてください！

↓ Follow me !

紀の川市民体育館 TEL : 0736-77-4051

●営業時間 9:00~22:00  
●休館日 第4月曜日 年末年始

〒649-6422 和歌山県紀の川市花野604-2



KINOKAWASHIMINKOUEN

