

走り方のコツを一緒に学ぼう！ ～親子陸上教室～



1月9日(金)10時より電話にて申込み開始。

★内容

場 所 金岡公園体育館 陸上競技場

日 時 2月7日(土)
15:00～16:30

受講料 1,500円 ※税込
(お子様1名追加 +500円)

対 象 小学生とそのご父兄
(中学生以上であれば兄妹でも可能)

正しい姿勢で走る、腕振り、足の動き、スタートのフォーム、スタートダッシュのコツなどを学び早く走るための練習をします！

- ①ウォーミングアップ&準備体操
- ②走る練習
- ③クールダウン

※内容は、予告なく変更される場合があります。予めご了承ください。

<持ち物>
動きやすい服装、シューズ、飲み物、タオルなど

<受付・お支払について>
・予約申し込み後1週間以内に、
受付窓口にてご入金をお願いいたします。

<その他注意事項>
・お申込みの際、ご提供いただく個人情報は、
厳重に管理いたします。
・教室中にチラシや報告書等に使用する写真を、
撮影させていただきます。

【指定管理者】堺市教育スポーツ振興事業団・ミズノグループ



金岡公園体育館

〒591-8025
堺市北区長曽根町1179-18

お申込み・問い合わせ

【開館時間】 9:00～21:00
TEL:072-254-6601
FAX:072-251-0509