

楽しく練習しながら走り方のコツを一緒に学ぼう！ ～ミズノ走り方教室～



受講生募集！

場所 エスフォルタアリーナ八王子
アリーナ

日時 5月20日(月) ①16:00～17:00(60分)
②17:15～18:15(60分)
③18:30～19:30(60分)

受講料 各1200円(税込)

対象 ①年中(5歳)～年長(6歳)クラス
②小学1～3年生クラス
③小学4～6年生クラス

● 動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオルを持参してください。

● 定員：各30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が、当グループ主催イベントの案内等を送付する場合がありますので、あらかじめご了承ください。
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。ご理解ご協力の程、宜しくお願い致します。

詳細はこちら →



★ スタッフ紹介



内田 貴之
ウチダ タカユキ



五十嵐 真人
イガラシ ナオト

★ 内容

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

〒193-0941 東京都八王子市狭間町1453-1

エスフォルタアリーナ八王子

TEL : 042 - 662 - 4880

<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7509>

主催：八王子ゆめおりサポート株式会社 運営・企画:ミズノ株式会社



営業時間 8:30～22:30

休館日 4/8・5/13・7/8・9/9
11/11・12/29～12/31
1/1～1/3・2/10・3/10