

ライバルに差をつけろ！！
秋の運動会必勝塾～走り方教室～



～イベント詳細～

場 所

宮代町総合運動公園多目的広場
(雨天時はサブアリーナ)

日 時

9月19日(土)
13:30～15:00

受講料

1100円(税込)
当日、受付で支払いをしてください

対 象

小学生



★ 内容

リズムトレーニングで
ウォーミングアップ
腕の振り方や走る姿勢などの
コツやポイントを紹介し
速く走るための練習を行います！

- 持ち物：動きやすい服装とシューズ、飲み物、タオル
雨天時は室内用シューズ
- 定員：20名(先着順)
- 講師：武井 美恵子(健康運動実践指導者・ランナーズマイスター
スポーツリズムトレーニングディフューザー)

※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。
※キャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。

申込み開始
9月1日(火)
10:00～

窓口またはお電話にて
お申込み



宮代町総合運動公園

TEL：0480-32-1543

〒345-0836
埼玉県南埼玉郡宮代町大字和戸1834

営業時間

平日 9:00～21:00
日・祝 9:00～18:00

休館日

月曜日(祝日を除く)
年末年始