

皆様のご要望にお応えして、今年も開催いたします！

一般走り方教室開催！

～ラダーやミニハードル等を使って、普段中々動かせない場所を動かしましょう！～

開催日:令和7年 11月22日(土)

開催時間 / 11:00～12:00

開催場所 / 神奈川県立スポーツセンター陸上競技場



★参加対象★

中学生以上の男・女

★募集定員★

50名



★参加費★

¥1,500 円(税込)

※税込・傷害保険料含む



★コーチ紹介



西岡 勝義
(Nishioka Katsuyoshi)

陸上競技指導歴20年

「みんなで楽しく走り方を学ぼう！
よろしくおねがいします！」

運動する！走る！泳ぐ！色々なスポーツに共通する基本の動き作りを、少しずつ身体を

動かしながら進めます！ラダーやミニハードル等を使って、普段中々動かせない場所を動かしましょう！



お申し込み
お問い合わせ

神奈川スポーツコミュニケーションズ株式会社

TEL: 0466-82-7050

〒251-0871 神奈川県藤沢市善行7-1-2
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7624>

●営業時間 9:00～21:00

●利用時間 9:00～21:00

●休場日 毎週月曜日・祝日の翌日