

～走り方のコツを学び、早く走れるようになろう～

ミズノ 走り方教室



8/2(日) 参加者大募集！

場 所 まち交 4F 大ホール

日 時 幼 児クラス 10:00-10:45
小学生クラス 11:00-12:00

受講料 幼児 400円
小学生 600円

対 象 幼児・小学校低学年



内容

- ◆ウォーミングアップ&準備体操
- ◆走る練習
正しい姿勢、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
速く走るための練習をします！

- 動きやすい服装、運動しやすいシューズ、飲み物、タオルを持参してください。
- 定員は各レッスン10名（先着順）
- ミズノ公認プレイリーダーが丁寧にご指導致します。

※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必要がありますので、あしからずご了承ください。



都留市健康ジム

TEL : 0554-45-4111

〒402-0052 山梨県都留市中央3-9-3
<http://www.mizuno.jp/>

●営業時間 9:00-21:00
(最終受付20:30)

●休館日 ・月曜日
(月曜祝日の場合は翌日休館)
・年末年始 (12/29-1/3)