

さらなる走力アップ・競技力向上を目指そう！

陸上競技教室 高学年以上クラス



参加者募集中！

内容

- 走り方を中心に技術向上を目指した練習を行います。
- 希望があればハードルや走り幅跳びも行います。
- 年代・参加者に合わせて練習メニューを調整します。お気軽にご相談下さい。

講師

若江 真志
100mベスト10秒67
400mハードル49秒97
(全日本学生陸上競技大会優勝)

- 場 所 ■ 補助競技場/メインスタジアム
- 日 時 ■ 詳しい日程は裏面をご確認ください
- 受講料 ■ 1,000円/回 (税込)
- 対 象 ■ 小学校4年生以上程度
中学生・高校生・一般も可

- 動きやすい服装、運動靴、陸上競技用スパイク(お持ちの方)、飲み物、タオルを持参してください。
- 定員は20名です(先着順)

※当日の受付場所はメインスタジアムの管理事務所となります。
※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。



Balcom BMW 広島総合グランド
TEL : 082-231-3077

〒733-0036 広島市西区観音新町2-11-124
<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7103>

●営業時間 3月～10月 7:00～21:30
11月～2月 7:00～18:30

●休場日 年末年始(12月29日～1月2日)
臨時休場日あり

2025年度 陸上競技教室 高学年以上クラス 日程表

月	日程	備考
10月	12日(日) 14:15~15:15	※雨天中止の場合はご連絡致します。
	19日(日) 14:15~15:15	
11月	3日(月祝) 11:15~12:15	※メインスタジアムが改修工事のため、補助競技場で行います。月曜日の夕方も照明が使用できないため、お休みとなります。
	8日(土) 14:15~15:15	
	22日(土) 11:15~12:15	
	30日(日) 11:15~12:15	
12月	7日(日) 14:15~15:15	【お問い合わせ】 電話 082-231-3077
	28日(日) 11:15~12:15	

※2025年8月14日現在