

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！

- 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

## 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)

- 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

2026年度 陸上競技教室 高学年以上クラス 日程表

月	日程	備考
7月	6日(月) 17:45~18:45	※雨天中止の場合はご連絡 致します。  【お問い合わせ】 電話 082-231-3077
	13日(月) 17:45~18:45	
	27日(月) 17:45~18:45	
8月	10日(月) 17:45~18:45	
	24日(月) 17:45~18:45	
	31日(月) 17:45~18:45	
9月	14日(月) 17:45~18:45	
	28日(月) 17:45~18:45	

※2026年5月21日現在