

競技力向上を目指そう！

# 陸上競技教室 スキルアップクラス



## 参加者募集中！

- 場 所 ■ 補助競技場
- 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～6年生  
中学生・高校生・一般

## 内容

- 短距離・ハードルを中心に技術向上を目指した練習を行います。
- 競技者向けの内容となっております。
- 年代・参加者のレベル別に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）

※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、あらかじめご了承ください。



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

# 2023年度 陸上競技教室 スキルアップクラス 日程表

| 月   | 日程                 | 備考                                                       |
|-----|--------------------|----------------------------------------------------------|
| 10月 | 15日(日) 16:15～17:45 | ※雨天中止の場合はご連絡<br>致します。<br><br>【お問い合わせ】<br>電話 082-231-3077 |
|     | 23日(月) 17:30～19:00 |                                                          |
|     | 30日(月) 17:30～19:00 |                                                          |
|     |                    |                                                          |
|     |                    |                                                          |
| 11月 | 4日(土) 11:15～12:45  |                                                          |
|     | 11日(土) 14:15～15:45 |                                                          |
|     | 20日(月) 17:30～19:00 |                                                          |
|     | 27日(月) 17:30～19:00 |                                                          |
|     |                    |                                                          |
| 12月 | 9日(土) 14:15～15:45  |                                                          |
|     | 16日(土) 14:15～15:45 |                                                          |
|     | 25日(月) 14:15～15:45 |                                                          |
|     |                    |                                                          |
|     |                    |                                                          |

※2023年9月10日現在