

# 2026年度 金岡 陸上スクール 日程表

※曜日・日程が変更になる場合がありますので、ご注意ください。



金岡公園体育館と金岡公園陸上競技場で教室を行っていきます。  
体育館だから出来る！競技場だから出来る！  
色々な動き、みんなでやってみませんか？



担当講師  
山本 昌輝

ミズノスポーツサービスマン  
日本スポーツ協会公認ジュニアスポーツ指導員  
専門種目：100m,400m,走幅跳

開催月	開催日		実施種目
4月	4/12	昼 ※4/19	短距離
5月	※5/10	昼 5/16	短距離
6月	昼 6/6	6/27	短距離
7月	※7/20	7/26	短距離
8月	8/9	※8/22	リレー
9月	昼 9/6 ハードル	昼 ※9/20 跳躍	跳躍/ハードル
10月	昼 10/3 ハードル	昼 ※10/17 跳躍	跳躍/ハードル
11月	11/3	昼 11/28	短距離
12月	昼 ※12/13	12/20	投てき
1月	1/16	※1/31	マラソン
2月	2/7	2/20	マラソン
3月	昼 ※3/8	3/21	短距離

クラス 1 : 9:30~10:30 クラス 2 : 10:40~11:40

※は陸上競技場での開催 日程のみは小体育室での開催

昼 は、13:00~14:30 全学年合同での開催

※は陸上競技場での開催 日程のみは小体育室での開催

陸上競技場は屋外シューズ、小体育室は屋内シューズが必要です

夏場の陸上競技場での実施の際は、帽子等をご用意ください。