

月2回 開催

I クラス 9:30~10:30

対 象 小学1年生~小学3年生まで

II クラス 10:40~11:40

対 象 小学4年生~小学6年生まで

定 員 各40名

受講料 I・IIクラス ¥1,100-(1回)

※現金で当日のお支払いになっています

陸上競技の基本的な動作、「走る」・「跳ぶ」を中心に練習を行います。
講師がわかりやすくアドバイスするので走るのが苦手な子でも
通いやすい内容となっています。

持ち物

- ・運動できる服装
- ・運動靴
(競技場で実施の時には外靴、小体育室での実施の時には屋内用の靴)
- ・飲み物

金岡公園体育館

TEL:072-254-6601

2022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

ミスノスポーツサービス㈱
日本スポーツ協会公認ジュニアスポーツ指導員
2017近畿マスターズ陸上 400m優勝
専門種目：100m,400m,走幅跳

開催月	開催日		実施種目
4月	4/17※	4/24※	短距離
5月	5/1※	5/8※	短距離
6月	6/11	6/25	短距離
7月	7/9	7/16	短距離
8月	8/20	8/27	短距離
9月	9/10	9/24	短距離
10月	10/15※	10/23※	ハードル
11月	11/5 ※	11/12 ※	跳躍
12月	12/3 ※	12/11	投てき
1月	1/14 ※	1/21 ※	マラソン
2月	2/4 ※	2/11 ※	マラソン
3月	3/4 ※	3/19 ※	短距離

※は陸上競技場での開催
それ以外は、小体育室での開催