

# ミズノスポーツ教室 走り方教室実施要項

**目 的** 子どもたちが、少しでも速く走る「コツ」を身につけ、「走ること」への苦手意識をなくし、体を動かす楽しさを味わい、走ることが楽しくなるきっかけとなることを目的とする。

**開催日時**

**【開催日】 9月20日（土曜日）**

**【開催時間】**

**1部 午前 9時00分～午前10時00分（60分）**

**2部 午前10時15分～午前11時15分（60分）**

**3部 午前11時30分～午後 0時30分（60分）**

**会 場**

エイトアリーナ 体育室

**対 象**

1部 市内在住・在園の年少～年長とその保護者（親子）

2部 市内在住・在学の小学校1、2年生

3部 市内在住・在学の小学校3、4年生

**内 容**

速く走るために必要な要素をトレーニングで身につける教室です。  
走り方教室では、「すばやさ」の発達をテーマに、連続ジャンプなど、さまざまなトレーニングを行います。

**講 師**

ミズノスポーツサービス株式会社 インストラクター

**参 加 費**

各部1,000円

**募集人数**

1部 15組（親子）

2・3部 30名 （各申込順）

**持 ち 物**

室内用運動靴、飲み物、タオル

**申込方法**

参加を希望する場合は、**6月6日（金）～9月13日（土）**までに  
参加費を持参の上**エイトアリーナ窓口**にお申し込みください。

**※受付時間** 午前9時から午後5時まで

## 教室当日の流れ

① エイトアリーナ 集合



② 開校式・・・1部の生徒は、8時55分から行います。  
2部の生徒は、10時10分から行います。  
3部の生徒は、11時25分から行います。  
時間までに集合してください。



③ 教室開始

## 注意事項

- ・室内用運動靴（足にフィットするサイズ）を用意し、ジャージなど運動に適した服装でお越しください。
- ・教室中の水分補給用の飲み物を必ずご用意ください。
- ・参加者は各自の責任において健康を管理し、体調が悪い場合は絶対に無理をせず、参加をご遠慮ください。なお、主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し、応急処置を除いて一切の責任を負いません。
- ・天候などの関係（台風など）で、教室を中止とする場合があります。また、納入いただいた参加費は、参加者の都合による場合や天候などの関係で教室が中止の場合も返金いたしませんので予めご了承ください。
- ・教室中、主催者側が撮影した写真等は、主催者および認可団体が作成するプログラム、パンフレット、募集広告、ポスター等に使用させていただく場合があります。
- ・教室開催中、主催者が参加続行に支障があると判断した場合は、参加中止の指示に直ちに從ってください。

問い合わせ連絡先

エイトアリーナ 電話 999-7011  
年末年始、第2・第4月曜日休館  
（祝日の場合は翌平日）  
受付 9：00～17：00