

走り方教室

徒競走で1番になりたい！
リレーの選手になりたい！
そんなあなたに！

走るのが苦手な人も、走る事が大好きになれる。
そんなきっかけとなる時間を提供します！

皆さん、走り方の「フォーム」を教わったことがありますか？野球の投げ方に正しいフォームがあるように、走り方にも正しいフォームがあります。「スタートの姿勢」「基本的な走るフォーム」、これを学ぶだけで誰でも必ず今より速く走れます。
まずは「走るのが楽しい！」から一緒に始めましょう！是非お子様、お孫さんと一緒にご参加下さい。

小学生対象 先着 30 名



受講
無料



講師：梨本真輝

日本代表や日本一になった経験をもとに、「楽しく走る」をモットーに子供からプロまで幅広く秘訣を伝授。

全日本中学選手権大会優勝、世界ユースオリンピック大会銀メダル、全国総合体育大会（インターハイ）優勝、全日本大学個人選手権大会3位、全日本実業団選手権大会優勝など数々の実績を持つ。

プロの専門指導で走り方が激変！

日時

令和7年11月8日(土)

10:00~11:30 (受付開始 09:30)

会場

江戸川区スポーツセンター 大体育館

西葛西 4-2-20 東西線西葛西駅から徒歩9分

申込

10月17日(金)までにQRコードもしくはFAXにてお申込み下さい。

(一社)江戸川北法人会 ⇒ FAX : 3683-0354



小学生対象 走り方教室 申込書 (R7.11.8)

- ※ 小学校低学年の方は、保護者の同伴をお願い致します。
- ※ 原則小学生対象の内容ですが、保護者の方も一緒に参加頂くことは可能です。
- ※ 体育館で走れる靴（館内履き）を必ず持参してください。
- ※ 各自、飲み物やタオル等の準備をお願いします。

保護者氏名		当日連絡先(携帯等)	
参加児童氏名	① (年生)	参加児童氏名	② (年生)