

日本トップ選手と一緒に走ろう!

2017年度

記念撮影&サイン会も実施

第1回東京都小学生陸上体験教室

2017年11月25日(土) 13:00~15:30 受付12:30~12:50

立川市立第四中学校

多摩モノレール砂川七番駅、西武拝島線玉川上水駅から徒歩20分

荒天時：同校体育館(予定)

見学は自由です。

内容…速く走る、高く、遠くへ跳ぶ、投げるためのワンポイントアドバイス・選手の模範演技
種目別練習(短距離走・ハードル・走高跳・棒高跳・走幅跳・ヴォーテックススローから選択)・写真撮影・サイン会など

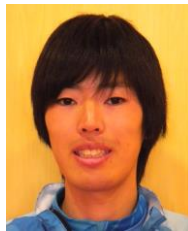
世界陸上やアジア大会などに出場した日本の現役トップ選手たちが、「走る!投げる!跳ぶ!」いろいろなスポーツの基礎になる陸上競技や、速く走るためのワンポイントアドバイスなどを基本から指導します。陸上の楽しさ、すごさを身近で体験しよう!

この講習会で優秀な選手は東京都小学生強化選手に指定されます!!

☆講師紹介



佐藤隆史(サトウ タカシ) コーチ
国際陸連レベルIコーチ
■種目 走幅跳 7m68
■主な競技歴
・日本学生選手権第4位
・関東選手権優勝



元吉雄基(モリギ ユキ) 選手
■種目 走高跳 2m19
■主な競技歴
・11年日本選手権3位
・15年全日本実業団2位
・15年和歌山国体5位

右代織江(ウチノ オリ) 選手
■種目 やり投 55m89
■主な競技歴
14年日本選手権 5位
14年日本学生個人選手権 優勝
17年全日本実業団6位



鈴木翔子(スズキ ヨウコ) コーチ
前パラグアイジュニアコーチ
■種目 400mH 59"53
■主な競技歴
09年関東学生8位
10年関東学生6位



大森盛一(オモリウラ セイイチ) コーチ
国際陸連レベルIコーチ
■種目 200m 21"19
400m 46"03
■主な競技歴
アランタリピック 4X400mR 5位
現日本記録 3'00"76



林田章紀(ハヤシダ アキラ) コーチ
■種目 十種競技 7090点
棒高跳 4m50
■主な競技歴
09年日本GP4位
11年日本学生7位

君野貴弘(キミノ タカヒロ) コーチ
国際陸連認定講師
■種目 走高跳 2m32
元日本記録
■主な競技歴
セビリア世界陸上参加



帰りまでに集合写真をプリントしてプレゼントします
(2017年3月緑野中様子)

◎対象：都内在住の小学3年生~6年生 ◎服装 走りやすい服装(運動着)・運動靴でお願いします
◎参加費：1回200円(保険、写真代)受付にご持参ください。 ◎持ち物：着替え、タオル、飲み物等 ※荒天時は室内用運動靴
◎申込み 氏名(フリガナ)、小学校名(陸上クラブ名)、学年、連絡先及びお住まいの自治体名を記入のうえ、東京陸上競技協会 e-mail: hukyu@tokyoctr.com までお申し込みください。
申込締め切り：11月21日(火)

◎問合せ：東京陸上競技協会小学生陸上担当 hukyu@tokyoctr.com
※ 詳細は裏面の「小学生陸上体験教室について」をご確認ください。

主催：公益財団法人東京陸上競技協会
主管：公益財団法人東京陸上競技協会普及強化委員会
協力：東京都中学校体育連盟陸上競技専門部 アキレス(株)「瞬足」 ニシスポーツ

※裏面もご覧ください

2017年度 東京都小学生陸上体験教室について

陸上競技の普及のため、一流選手を講師に招き身近な場所で子どもたちとふれ合う体験を通して、運動の楽しさを伝えるため陸上体験教室開催しております。ぜひ、ご参加ください。

【日時・会場】

日 時：11月25日(土) 13時00分～15時30分（受付12時30分～12時50分）

会 場：立川市立第四中学校 雨天時：同校体育館(予定)

内 容：速く走る、高く、遠くへ跳ぶ、遠くに投げるためのワンポイントアドバイス、一流選手の模範演技、種目別練習(短距離走、ハードル、走高跳、棒高跳、走幅跳、ヴォータックススローから2種目を当日選択)・選手と記念撮影&サイン会など

講 師：日本を代表する現役選手(詳細はチラシ表面をご覧ください。)

服 装：走りやすい服装(運動着)・運動靴(雨天時は室内用運動靴)をお願いします。

参加費：200円(保険、写真代)当日の受付にご持参ください。

持ち物：着替え、タオル、防寒着、[雨天時は体育館(予定)で実施のため室内用運動靴]、飲み物等

その他：各クラブの指導者が保護者の引率をお願い致します。

- ・スポーツ保険に加入しますが、事故、ケガには十分注意してください。
- ・この講習会で優秀な選手は東京都小学生強化選手に指定されます。
- ・不明な点は、東京陸上競技協会小学生担当へメールでhukyu@tokyoctr.comまでご連絡ください。
- ・公共交通機関でおいでください。
- ・車でおいでの際は近隣の有料駐車場をご利用ください。
- ・雨天時は、当日午前11時までに会場変更等のお知らせを東京陸協普及育成部 HP <http://toriku-hukyu.blogspot.jp> に掲載、会場入口に掲示しますのでご確認ください。

【会場案内図】

主 催：公益財団法人東京陸上競技協会

主 管：公益財団法人東京陸上競技協会普及強化委員会

協 力：東京都中学校体育連盟陸上競技専門部

アキレス㈱「瞬足」 ニシスポーツ



- ◆多摩モノレール「砂川七番駅」から徒歩20分
- ◆西武拝島線玉川上水駅から徒歩20分

【今後の予定】

期 日	時 間	会 場	雨天時	申込み期限
12月2日(土)	13時00分～ 15時30分	多摩市立諏訪中学校	同校体育館	11/28(火)
1月13日(土)	13時00分～ 15時30分	江東区立亀戸中学校	同校体育館	1/9(火)
2月3日(土)	13時00分～ 15時30分	目黒区立第十一中学校	同校体育館	1/30(火)

*上記3会場では保護者、指導者向けの食育講習会(無料)開催予定