

日本トップ選手と一緒に

記念撮影&サイン会実施

Run、Jump、Throw!

待ってまーす。



2018年度

第1回東京都小学生陸上体験教室

2018年12月1日(土) 13:00~15:30

※受付12:30~12:50

西武池袋線 秋津駅下車 徒歩15分 JR武蔵野線 新秋津駅下車 徒歩20分

清瀬市立第四中学校

荒天時：同校体育館

内容 … 速く走る、高く、遠くへ跳ぶ、遠くへ投げるためのワンポイントアドバイス・選手の模範演技
オリンピック、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、いろいろなスポーツの基礎になる「走る」、「跳ぶ」、「投げる」の基本を指導します。陸上の楽しさ、すごさを身近で体験しよう!

この体験教室で優秀な選手は東京都小学生強化選手に指定されます!! **見学は自由です。**

☆講師紹介

大森盛一(オホモリ ケイイチ) コーチ

- 種目 400m 46秒00
- 主な競技歴
 - ・アトランタオリンピック 4X400mR 第5位 3分00秒768(日本記録)
- 国際陸連 CECS レベルI コーチ



八幡賢司(ヤマト ケンジ) コーチ

- 種目 110mH 13秒58
- 主な競技歴
 - ・大阪世界陸上出場
 - ・2007,2011 アジア陸上 5位
 - ・2012 日本選手権 優勝
- 国際陸連 CECS レベルI コーチ



元吉雄基(モトキ ユウキ) 選手

- 種目 走高跳 2m19
- 主な競技歴
 - ・2015 日本選手権 8位
 - ・2015 全日本実業団 2位
 - ・2015 和歌山国体 5位



山田 優(ヤマダ ユウ) 選手

- 種目 走幅跳 6m15
- 主な競技歴
 - ・2016 関東学生 1位
 - ・2015・2016 日本選手権 5位
 - ・2018 東日本実業団 1位
 - ・2018 全日本実業団 3位



今岡 徹郎(イマカ テツロウ) コーチ

- 種目 投てき
- 国際陸連 CECS レベルI コーチ
- 順天堂大学陸上競技部
ヘッドトレーナー



* 競歩、棒高跳は現役大学生が指導に当たります。

◎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)・運動靴をお願いします

◎参加費:1回200円(保険、写真代)受付時にご持参ください。

◎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)、性別、居住区市町村名、小学校名(陸上クラブ名)、学年及び連絡先を記入のうえ、11月27日(火)までに東京陸上競技協会 e-mail: hukyu@tokyoctr.com までお申し込みください。

◎雨天等で実施するかしないかは torikuhukyu.blog.fc2.com/ でご確認ください。(QRコード)

◎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 アキレス株式会社「瞬足」株式会社 ニススポーツ

※裏面もご覧ください

2018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を開催しております。ぜひ、ご参加ください。

【日時・会場】

日 時：12月1日(土) 13:00~15:30 (受付 12時30分~12時50分)

会 場：清瀬市立第四中学校 荒天時：同校体育館

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、競歩、走高跳、棒高跳、走幅跳、ジャベリックボール投から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等（詳細はチラシ表面をご覧ください。）

服 装：走りやすい服装（運動着でお願いします。）、運動靴（荒天時は室内用運動靴）

参加費：200円（保険、写真代）当日、受付時にお支払いください。

持ち物：着替え、タオル、防寒着、（荒天時は体育館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。

・この体験教室で優秀な選手は東京都小学生強化選手に指定されます。

・会場に駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

問合先：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。

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 アキレス株式会社「瞬足」 株式会社 ニシスポーツ



帰りまでに集合写真をプリントしてお渡します(2018年1月江東区会場の様子)。

【会場案内図】



西武池袋線 秋津駅下車 徒歩15分

JR武蔵野線 新秋津駅下車 徒歩20分