

# 日本トップ選手と一緒に

## Run、Jump、Throw!

# 東京都小学生陸上体験教室

**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!

\*実施日により競歩、棒高跳もやります。

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!!

記念撮影&サイン会も実施

見学は自由です。

- ◆実施日 2018年12月 1日(土) 清瀬市立第四中学校  
11月27日(火) まで受付
- 2018年12月22日(土) 青梅市立霞台中学校  
12月18日(火) まで受付
- 2019年 1月19日(土) 渋谷区立原宿外苑中学校  
1月15日(火) まで受付
- 2019年 2月11日(月) 台東区立柏葉中学校  
2月 5日(火) まで受付

◆実施時間 13時00分~15時30分 受付: 12時30分~12時50分

- ◎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) 受付時にお支払いください。
- ◎持ち物: 着替え、タオル、飲み物等 ※荒天時は室内用運動靴
- ◎申し込んだ方はどなたでも参加できます。
- ◎帰りまでに集合写真をプリントしてプレゼントします。

申し込み先 東京陸上競技協会普及育成部

e-mail: [hukyu@tokyoctr.com](mailto:hukyu@tokyoctr.com)

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、お申し込みください。

## 2018年12月 1日（土）清瀬市立第四中学校

清瀬市野塩3-2-3 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



## 2018年12月22日（土）青梅市立霞台中学校

青梅市師岡町4-6-1 JR 青梅線 河辺駅下車 徒歩5分



## 2019年1月19日（土）渋谷区立原宿外苑中学校

渋谷区神宮前1-24-6 JR山手線 原宿駅下車 徒歩5分



## 2019年2月11日（月）台東区立柏葉中学校

台東区下谷3-1-29 JR山手線 鶯谷駅北口下車 徒歩15分  
東京メトロ日比谷線 入谷駅下車 徒歩北へ5分

