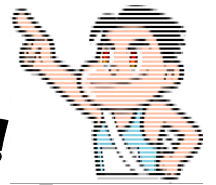


一流選手と記念撮影&サイン会も実施

走って、跳んで、投げて
目指せオリンピック選手！
速く走りたい人大集合！



平成23年度 東京都小学生陸上体験教室

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を体験しませんか！速く走るためのポイントを基本から楽しく指導します。世界陸上やアジア大会などで活躍している日本トップ現役選手を多数抱える『モンテローザ』の選手や現役大学生選手などが指導します。お気軽にご参加下さい。

会場及び日程 ※各会場での講師等は決まり次第東京陸上競技協会HPでお知らせします。

期 日	時 間	会 場	雨天時	申込み期限
1月21日(土)	午後1時～ 3時30分	日本女子体育大学陸上競技場 京王線千歳烏山駅より徒歩 20分	同校体育館	1/17(火)

他の日程と会場(予定) 3月10日(土) 板橋区立高島第一中学校 (板橋区)

※詳細は東京陸協ホームページ <http://www.toriku.or.jp/> などでお知らせします。

※1回のみでの参加も可能です。

優秀な選手は東京都小学生
強化選手に指定されます!!

☆内容 ・速く走るためのワンポイントアドバイス
 ・いろいろな種目を体験※以下から2種目を選択
 短距離走 ハードル走 走幅跳 走高跳、ヴォータックススロー
 ・一流選手と記念撮影&サイン会
 いろいろなトレーニンググッズも体験 プロスポーツ選手も使っている
 ラダーやミニハードルにチャレンジ

★講師紹介(予定)

※各会場で講師は5名以上を予定しています。

猿山力也(さるやま りきや)選手

- 所属 モンテローザ
- 種目 走幅跳 8m05cm
- 主な競技歴
- ・10年日本選手権 2位
- ・10年アジア大会 3位
- ・10年千葉国体優勝



土屋 光(つちや ひかる)選手

- 種目 走高跳 2m25cm
- 主な競技歴
- ・08年日本選手権 優勝
- ・09年日本選手権 2位
- ・09年東アジア大会 優勝

川口 直哉(かわぐち なおや)選手

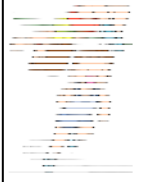
- 種目 棒高跳 5m40cm
- 主な競技歴
- ・10年 日本選手権4位
- ・10年 千葉国体 3位

石野真美(いしの まみ)選手

- 所属 長谷川体育施設
- 種目 100mハードル
13秒08 日本歴代4位
- 主な競技歴
- ・07年世界陸上大阪大会出場
- ・07年アジア選手権優勝

横溝千明(よみぞ ちあき)選手

- 種目 砲丸投 15m37cm
- 主な競技歴
- ・11年日本選手権4位
- ・11年山口国体2位
- ・03年100m12秒36(高校2年)



指導者 日本代表経験や国体等東京都代表経験のある選手など一流選手

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)受付時にご持参ください。

持ち物 着替え、タオル、飲み物等

申込み・問い合わせ 申込期限までに氏名、連絡先、所属(学校及びクラブ名)、申込み責任者名を明記し東京陸上競技協会へメール hukyu@tokyoctr.com 又は F A X 03-5292-0196でお申込みください。

主 催 (社)東京陸上競技協会
 主 管 (社)東京陸上競技協会普及部
 協 力 東京都中学校体育連盟陸上競技専門部
 日本女子体育大学
 (株)モンテローザ (株)ニシスポーツ

帰りまでに集合写真
真をプリントして
プレゼントします
(2011年12
月羽村会場の様子)

※ 各クラブの指導者か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。

