



長谷川大悟選手の

春のかけっこ教室

3月29日(日)

会場

第1体育室(全面)

①親子で**笑顔**に！ — 走りの基礎を学ぼう！ —



13:30~14:40

料金 2,500円(税込)

対象 年長児~小学6年生・保護者

定員 40組 ※保護者1名につき子ども2名まで。
子どもが2名の場合+500円(税込)

姿勢や腕の振り方など、基本的な走り方を教えます！
親子でおぼえて楽しい
おうち**トレーニング**も！

②「**走る**」を知ろう！ — できた！を感じる走り方 —

30m測定と**速く走るための身体の使い方**を学ぼう ✨



15:00~16:30

料金 2,000円(税込)

対象 小学1年生~小学6年生

定員 30名

走ることに慣れよう！
たくさん走るよりも、何を意識するか
ココをしっかり伝えます！！

冬の集中講座の参加者は
合計額から500円引きに
なります！

募集開始は

3/1(日) 14:00~

(先着順)



支払い期限 : 3月22(日)

3/22以降にお申込みの方はなるべく事前支払いにご協力ください。

- 電話か窓口にてお申込みください。
- 対象年齢は2025年度の学年です。年中児以下は参加できません。
- 教室の様子を撮影し、広報活動に使用します。
- お支払いのない方は自動キャンセルとなることがあります。
- 原則、返金は致しません。
ケガ等によりやむを得ず出られない場合のみ事務手数料(500円)を引いた額の返金となります。
- 保護者の見学は可能です。
- 運動着、室内シューズ、飲み物をお持ちください。



長谷川大悟(はせがわだいご)

陸上競技・三段跳び

日本歴代5位(16m88cm)

リオデジャネイロ五輪日本代表

保土ヶ谷区出身 伊藤超短波所属

アシスタント講師

生駒 敏大 (Breakfast Sports Club 代表)

高山 貴大 (三段跳・インターハイ出場)

