

一般財団法人五所川原市体育協会 主催

# 五所川原総合スポーツクラブ・陸上

## クラブ会員募集

現在の子どもたちは昔に比べて外で遊ぶ機会が少なく、体が大きいわりに運動能力や基礎体力が低下しています。当クラブは、簡単な器具を使いゲーム感覚で、全てのスポーツにおいて基本となる技術を習得し、さらに実戦に近い専門的な練習を加え、子どもたちのスポーツに対する興味・関心を高め、1人1人の能力に応じた指導をします。

### 期 日・会 場

毎週水曜日(月4回) 15:30~17:00 松島小学校グラウンド及び体育館

毎週土曜日(月4回) 13:30~15:00 三輪小学校グラウンド及び体育館

松島・三輪小学校いずれにも参加できます。参加回数により会費が変わります。

対 象 幼児・小学生・中学生

内 容 運動能力・基礎体力の向上

- ・ ラダー：なわばしご状の物を使い、ランニング、ステップをすることで、運動神経を高め、正しい動作、リズムを獲得する。
- ・ ミニハードル：20cm程度のハードルを越えながら走り、身体の軸をつくりながら、しっかりとした重心移動を身につける。

代表者 一般財団法人五所川原市体育協会 会長 富田 重照

指導者 森 紀彦 1974年 五所川原市生まれ

自己記録 100m 10"68 200m 21"64

経 歴 五所川原中央小 - 五所川原第一中 - 木造高 - 東京農業大

現 在 五所川原総合スポーツクラブ 事務局員

### <主な実績>

1989年 全国中学陸上800mリレー 2位(県中学記録)

ジュニアオリンピック400mリレー 優勝(当時中学日本記録)

1991年 東北高校総体100m、200m 優勝

1995年 関東インカレ2部400mリレー 優勝

参加料 年会費 1,000円(スポーツ安全保険料、通信費含む。)

月会費 2,000~4,000円(1回参加 500円)

申込先 一般財団法人五所川原市体育協会

〒037-0046 五所川原市字栄町20番地1

携帯番号 090-7326-0870 担当 森

# 五所川原総合スポーツクラブ会員申込書

会員番号		会員番号の欄には記入しないでください。			
ふりがな		生年月日	年	月	日
氏名	男		満	歳	
	女	学校名		学校	年
現住所	〒				
電話番号	TEL	(		)	
	FAX	(		)	
緊急連絡先	TEL	(		)	
携帯	TEL	(		)	
携帯メールアドレス		@			
携帯電話をお持ちの方は、記入をお願いします。					
五所川原総合スポーツクラブへの入会を申込みます。					
保護者	平成	年	月	日	
確認欄	保護者氏名			印	
備考	クラブへの要望・指導して欲しいことをお書き下さい。				

ご記入いただきました個人情報は、会員の同意なく開示・提出いたしません。