

一般財団法人五所川原市体育協会 主催

平成26年度 五所川原総合スポーツクラブ

夏休み特別陸上教室

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。そこで、夏休み期間中に運動不足を解消しながらスポーツの楽しさを実感しましょう。「陸上教室」ですが、走ることや運動が苦手な子でも大丈夫。簡単な器具を使い、ゲーム感覚で体を動かす感覚を指導します。

期 日 13:30~15:00 計 12日間

月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日
	7/22	7/23		7/25
	7/29	7/30		8/1
	8/5	8/6		8/8
	8/12	8/13		8/15

会 場 三輪小学校（雨の場合は体育館で練習を行ないます。内履きを持ってきて下さい。）

対 象 小学生

内 容 運動能力・基礎体力の向上

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 五所川原総合スポーツクラブ 陸上コーチ 森 紀彦

参加料 4回まで 2,000円 8回まで 3,000円 9回以上 4,000円

申込先 携帯 090-7326-0870 担当 森

※ 安全な運動ですが万一の怪我や事故に備えスポーツ安全保険を用意しています。手続きはこちらで代行しますので、加入することをお勧めします。保険料（年間加入）1,000円

当クラブでは、年間を通じて毎週土曜日13:30~15:00三輪小学校、毎週水曜日15:30~17:00松島小学校で練習を行っています。

平成26年度 夏休み特別陸上教室参加申込書

住 所			電話番号 F A X			
ふりがな 氏 名			男 女	学校名 学年（年齢）	小学生 年生（ 歳）	
参加日数 (参加日に○)	回	7月 22 23	25	29	30	
		8月 1 5	6	8	12	13 15
参加目的、希望等ございましたらお書きください。						

平成26年度夏休み特別陸上教室への参加を承諾します。

保険に 加入する・加入しない

保護者氏名

印