



運動会に向けて～短期集中～

走ることが苦手。そんなキミにおススメ！

“走り方教室”

主催：公益財団法人光市スポーツ振興会

後援：光市教育委員会 光市体育協会

講師：安野展由（（公財）日本体育協会陸上競技公認指導員・JAAFジュニアコーチ）



期間：2021年 **4/13・20・27・5/11・18** (全5回)

火曜日 17:45～18:45 (1H) 受付 17:35～

対象者：走ることが苦手な 市内小学**3・4**年生 (2021年度)

会場：光市総合体育館メインアリーナ・光スポーツ公園

参加料：3,000円 ※教室初日に徴収

準備物：ジャージ、室内シューズ、外用シューズ、飲料水（蓋付き）

定員：30名 **※定員になり次第申し込みを締め切ります**

申込：2021年4月6日（木）10時から下記にて受付開始
※参加料を添えて



〒743-0011 光市大字光井1941-1 光市総合体育館内

公益財団法人光市スポーツ振興会

TEL (0833) 72-9100 Fax (0833) 72-9550

その他：少しでも体調の悪い児童は、参加を遠慮していただきます。
各参加日毎に、参加者・付添いの方の検温をさせていただきます（37.5℃以上は参加不可）。
会場の換気・消毒等の安全管理は主催者側で行います。



「走り方教室」開催要項



- 1 目的 スポーツの基礎となる走り方について実技や練習方法をわかりやすく学び、走る楽しさを知ることで子ども達の基礎体力向上に繋げる。
- 2 主催 公益財団法人光市スポーツ振興会
- 3 後援 光市教育委員会 光市体育協会
- 4 講師 安野 展由 ((公財) 日本体育協会陸上競技公認指導員・JAAFジュニアコーチ)
- 5 内容 運動会に向けて～楽しく走り方を学ぼう～
①姿勢について ②腕の振り方について ③足の動かし方について
④スタート(スタンディングスタート)の方法 ⑤その他
- 6 対象 **走ることが苦手な** 市内小学3・4年生(2021年)
- 7 期間 **2021年 4/13・20・27・5/11・18 全5回**
火曜日 17:45～18:45(1H) ※受付17:35～
- 8 参加料 3,000円(全5回)
※申込時に納入。申込後の返金はいたしませんのでご注意ください。
- 9 会場 光市総合体育館メインアリーナ・光スポーツ公園(※光スポーツ公園で行う場合は事前にお知らせします)
- 10 定員 30名 **※全て参加できる方。先着順。定員になり次第申込みを締め切ります。**
- 11 準備物 ジャージ、室内用シューズ、外用シューズ、飲料水(蓋付き)、マスク

運動会に向けて～短期集中～



2019年度の様子

12 受付 **4月6日(火) 10:00受付開始** 参加料を添えて窓口に申し込んでください
※先着順。定員になり次第締め切らせていただきます。
公益財団法人光市スポーツ振興会
〒743-0011 光市大字光井1941-1 光市総合体育館内
TEL 0833-72-9100

13 その他 ※送迎・受付は、必ず保護者や責任の持てる方が行うこと。
※主催者が取得した個人情報について、参加案内、開催情報の通知に使用することをご了承ください。
事業の趣旨に反する使用はいたしません。
※教室中の安全については配慮いたしますが、万一の事故の場合は主催者が応急処置並びに(公財)光市スポーツ振興会加入の行事保険の範囲内で対応いたします。その後の処置については自己の責任において対処してください。
※安全指導に従わない場合は、実施期間中であっても参加をお断りすることがあります。

新型コロナウイルス感染拡大防止対策 (※保護者も)

- 1 教室参加時(行き帰り・休憩中)には必ずマスクを着用すること
- 2 教室参加前に検温をすること
(37.5℃以上を超える発熱がある場合は教室への参加はできません)
- 3 咳・のどの痛みなど風邪の症状はない
- 4 だるさ(倦怠感・息苦しさ)はない
- 5 嗅覚や味覚の異常はない
- 6 新型コロナウイルス感染症陽性者との濃厚接触はない
- 7 同居家族や身近な知人に感染者が疑われる者はいない
- 8 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国や地域等への渡航歴又は、当該在住者との濃厚接触はない

※荒天候等、教室のお休み・変更は、「(公財)光市スポーツ振興会」のホームページ【<http://hikari-suposhin.com/>】でお知らせします。
各個人へのご連絡はいたしません。



「走り方教室」申込書

No.	氏名(フリガナ)	性別	生年月日	学校名・学年
	()	男・女	西暦 年 月 日	(小学校 年生)

申込保護者：氏名 _____
〒 _____
住所 _____ ・ TEL (できれば携帯) _____

※行事中の事故・傷病・紛失等に対し、自己の責任において参加します。
※行事中の事故・傷病への補償は主催者側が加入した保険の範囲内であることを了承します。