

3ヶ月講習会 対象:小学2～6年生

ジュニアかけっこ教室

短距離走を中心に走りの基礎を学びます



運動会やマラソン大会で1番を目指したい！
カッコ良く走りたい！ライバルに勝ちたい！
走るのが苦手 そんな君を待ってます！

ラダーやハードルを使ったトレーニングでリズム感覚や敏捷性を養います。
縄跳びを使用して速く走るために必要な正しい接地方法を身につけます。

8/2(金)
申込開始

期 日 : 2024年9月6日～11月29日(全12回)毎週金曜日

※11月1日(金)は休講です

時間・対象 : 15時45分～16時45分(60分) / 小学2～6年生

定 員 : 15名 ※最少催行人数に達しない場合は中止にする場合があります

場 所 : 集合: 君津勤労者総合福祉センター / 練習: ふれあい公園内
※雨天時 君津勤労者総合福祉センター多目的室

受講料 : 3ヶ月9,600円 / 1ヶ月3,500円 / 1回1,000円

※キャンセル料について: 次のキャンセル料をお支払いいただくことで申込みをキャンセルすることができます。
講習会開催3日前～前日までは受講料の半額、講習会当日以降は受講料の全額

持ち物 : 動きやすい服装・タオル・帽子・飲み物 ※雨天時 室内シューズ

長距離走を希望の
受講者はこちら



Let's Start!

STEP 1 8/2(金) 先着申込開始!

以下からお申込みください

A.初めてイベントに申込される方

右記のQRコードを読み取り、
イベントを選択。お名前等情報をご
入力の上お申込みください



B.会員登録されている方

マイページの「イベントを申込む」
からお申込みください



STEP 2

参加費支払

8月25日(日)までに
施設受付にて
参加費を
お支払いください

※期日までにお支払いが
ない場合、参加権利は
無効となります

STEP 3

講習会参加



公益財団法人体力づくり指導協会 君津市西君津 11-1 www.tairyoku.or.jp/

君津メディカルスポーツセンター TEL.0439-88-0611

