

## 1. 開催教室

教室名	曜日	開催場所	開催時間	参加対象	定員	教室開催日	回数	講師	教室内容
走り方教室 小学1年生～2年生の部	日	スポーツセンター 自由広場 (雨天時・森林公園 体育センター)	9:00～ 9:45	1年生 2年生	40人 5月18日、 25日ともに 各20人	5月18日 5月25日	2回	講師：千葉貴仁 (スポーツ協会職員)	かけっこの楽しさを教えるとともにケガをしないように 基本的な走り方を教えます。みんなで楽しく走りましょう！
走り方教室 小学3年生～4年生の部	日	スポーツセンター 自由広場 (雨天時・森林公園 体育センター)	10:00～ 10:45	3年生 4年生	40人 5月18日、 25日ともに 各20人	5月18日 5月25日	2回	講師：千葉貴仁 (スポーツ協会職員)	基本的な動きをしっかりと覚えてもらい、体育の授業やその他 のスポーツで役立てるように腕の振り方や脚の動かし方などを 教えます！
走り方教室 小学5年生～6年生の部	日	スポーツセンター 自由広場 (雨天時・森林公園 体育センター)	11:00～ 11:45	5年生 6年生	40人 5月18日、 25日ともに 各20人	5月18日 5月25日	2回	講師：千葉貴仁 (スポーツ協会職員)	スタートのコツや早く走るための正しいフォーム作りをし、 動きの強化やクセの改善方法を教えます。 自己タイムを伸ばすための走り方を覚えましょう！

## 2. 申込方法

スポーツセンター窓口またはお電話にて、お申込み下さい。

## 3. 申込期間

令和7年 4月 30日(水)～令和7年 5月 16日(金)まで

※ただし、各教室定員になり次第締め切らせていただきますが、定員になっていない教室については、途中からの参加も可能です。

また、参加者が3名未満の場合は中止となりますので、予めご了承ください。

## 4. 参加料

無料 (保険料はスポーツ協会で負担します。)

## 5. 施設利用料

無料 (雨天時、森林公園体育センターで開催の場合も入館料は無料です。)

## 6. 持ち物

◆運動のできる服装(ジャージ・トレーニングウェア等)、運動靴でご参加下さい。

◆給水用の飲み物を持参してください。

## 7. お問い合わせ先

※また、諸事情により、教室が延期・中止となる場合がございますので予めご了承下さい。

NPO法人 紋別市スポーツ協会

紋別市南が丘町7丁目47番1号スポーツセンター内

TEL(0158)24-7016 FAX(0158)23-7011

