

# ファミリー スポーツ陸上塾

苦手を克服！

できるを伸ばそう！



種目を絞って集中的に行うことで「できる！」「できた！」の成功体験を得ます。

## 開催日時

2/28 3/7 3/14 3/21

NODEN  
アリーナ

NODEN  
アリーナ

NODEN  
アリーナ

B G

全4回 10:00~11:00

## 参加料

1組 2,400円 (傷害保険料含)

小学校1~6年生と保護者 10組

※体験1回希望の方はお問い合わせください

## 内容

正しい走り方

長い距離を走るコツ

マラソンで  
差をつけよう！



※保護者の方も一緒にご参加ください。  
走り方のポイントなど伝授します。

申込締切日

2/25

(水)

講師：三田宗秀 (能代市スポーツ協会職員、日本スポーツ協会公認スタートコーチ(ジュニア))

- 電話でも受け付けますが、申込締切日までに参加料を納入して下さい。
- 教室参加中、体調がすぐれない場合はすぐスタッフまで声がけをお願いします。
- 教室開催中写真を撮らせていただきます。写真はホームページや広報に掲載させていただく場合があります。

## お申込み方法

NODENアリーナ(能代市総合体育館)まで参加費用を添えて、  
参加申込書を提出して下さい。  
お問い合わせはNPO法人能代市スポーツ協会(54-3607)まで。

キリトリ

令和7年度 ファミリースポーツ陸上塾

令和8年 月 日

ふりがな		年 齢	性 別	学校名(子どものみ記入)
氏 名		歳	男・女	小学校 年
ふりがな		年 齢	性 別	連絡先
保護者氏名		歳	男・女	自宅 - - 携帯 - -
住 所	〒 - - 能代市			