

参加費無料

事前申し込みが必要です



日時 **2月23日(月・祝)** 10:00~11:30

◆対 象 小学1年~3年生と保護者(保護者1名につき小学生2名まで可)
※お子様のみ、保護者のみのご参加はいただけません。

◆場 所 西ふれあいセンター 3階 ふれあいホール

お申込みはこちら

◆定 員 12組

◆締切日 2月13日(金)必着

腕の振り、脚の上げ方、
姿勢など、**速く走るコツ**を
子どもといっしょに学ぼう！



◆講師 中永 利也 先生

2011年・2013年全日本マスターズ 陸上選手権M35(35~39歳男性)の部 200m優勝2回
2019年度年齢別100m日本ランキング1位

★講師からのメッセージ

「走る」ことをもっと詳しく知ってみませんか？親子で楽しんで走りましょう！



※お申込みいただいたお子様、保護者以外の方はご入室いただけません。ご了承ください。