

## 2023年度ジュニア陸上競技教室



1. 主催 公益財団法人逗子市スポーツ協会
2. 主管 逗子市陸上競技協会
3. ねらい
  - 陸上競技を通して走・跳・投の基本運動の楽しさを知る。
  - 友達の動きを見たり友達と話したりしながら、共に運動する楽しさを感じる。
  - 元気よくあいさつをできるようにする。
4. 日程 2023年4月15日(土)～7月22日(土)のうち8回
5. 会場 池子の森陸上競技場
6. 時間 9:00～11:00
7. 練習予定

原則としてマスクの着用は自由とします。  
発熱した場合、体調がすぐれない場合は、ご参加をお控えください。

日程	主な内容(予定)
4/15	開講式 オリエンテーション 基本練習 100m走
4/22,5/6, 5/20,6/10, 6/17,6/24, 7/1,7/8, 7/15,7/22	走り方の基本を学び、短距離 ハードル 投てき 跳躍 リレーなどの種目別練習を行います (会場：池子の森陸上競技場) ※雨天の場合は、中止。左記日程は予備日を含みます。 天候に恵まれ中止がない場合、9回以上開催する可能性があります



※ 5月3日(土)池子の森陸上競技場において「ジュニア陸上記録会」、5月27日(土)平塚競技場において「小学生陸上競技交流記録会」が開催されます。希望者の出場を予定しています。詳細は別途ご案内します。

※ 7月9日(日)平塚競技場において「全国小学校全国陸上大会神奈川県予選会」が開催されます。詳細は別途ご案内します。

8. 指導者 逗子市陸上競技協会員
9. 服装 動きやすい格好(ジャージ・短パン・Tシャツ(速乾性が望ましい)など)・運動靴・帽子
10. 持ち物 タオル・水筒
11. 練習日程等のお知らせ

メールでお知らせします。4月15日までにQRコードにて、メールアドレスを登録願います。

メールアドレス登録用QRコード →

