

コツをつかんで少しでも速く！



日向かけっこ教室

参加
無料

速く走るには、「姿勢」
や「リズム」が大切！？



コツをつかんで
楽しく走ろう！

開催日

令和4年9月25日(日)

10:00~12:00 (受付: 9:30~)

会場

サンドーム日向

持ち物

水筒・タオル・マスク

対象

日向市在住の小学1~6年生

30名限定

内容

走り方の基本を学ぼう・実際に走ってみよう

<講師> 日向市陸上競技協会

○走り方の基本や速く走るコツを学び、実際に走ってみます。
初めてでも大丈夫！やさしく楽しく指導します！



注意事項

○運動できる服装と運動靴でお越しください。※クロックス、サンダル等は不可

○残暑が厳しいことが予想されますので、各自で熱中症対策もお願いします。

○体調不良を感じる場合は、お休みください。また、会場での手指消毒や検温など、
新型コロナウイルス感染対策に御理解、御協力をお願いいたします。

申込方法

○9月16日(金)までに右のQRコードから
お申込みください。

※申込は先着順とし、定員(30名)となった時点で受付を
締め切ります。なにとぞご了承ください。



■主催/日向市スポーツ協会 ■協力/日向市陸上競技協会

■問い合わせ先/日向市スポーツ協会事務局 住所: 日向市本町10番5号 第1別館

TEL&FAX: 0982-55-1455

Email: hyuga-sport@hor.bbiq.jp