



2016年度みはまスポーツクラブ主催事業

# 陸上教室

4月7日・14日・21日・28日(毎週木曜日)

※雨天中止



講師

**増岡 広昭**(ますおか ひろあき)

東洋大学陸上部競技部出身の400mハードル元オリンピック強化指定選手  
日本陸上競技選手権及び国民体育大会など数々の舞台で活躍。4×400MRで日本代表としても選出等の実績

申込開始 3月9日(水) 窓口 午前9時～ 電話 午前10時～  
申込締切 3月23日(水)

申込み・お問い合わせ先

みはまスポーツクラブ事務局(美浜町総合公園体育館内)  
TEL 0569-82-5200

対 象

(新)小学5年生～  
(新)中学3年生

時 間

午後7時から  
午後8時まで

場 所

日本福祉大学  
陸上フィールド

参 加 費

2,000円

定 員

15名

(定員になり次第締め切り)

内 容

競技力・筋持久力の向上  
スピード強化  
\*特にスタートの練習を指導します

持 ち 物

タオル・飲み物・運動靴  
\*スパイクは不可

会 場 地 図

