

NPO法人スポーツアカデミー

Sports academy Athletics Circle (SAC)

スポーツアカデミー 陸上サークル



走ることを楽しみながら、上達する技術を身につけます。

練習内容や雰囲気を知りたい方は、体験練習へお気軽にご参加ください。

スポーツの基本は走ること。でも、**走るのが速い・遅いは関係ありません**。「かけっこ」が好きな人、速く走れるようになりたい人なら、だれでも気軽に参加してみてください！

ランニングドリルやラダートレーニングなどの**専門的なトレーニング**を行い、**俊敏性(すばやさ)**や**巧緻性(たくみさ)**を身につけます。また、リレーやおにごっこなどの**楽しく走るトレーニング**も行っています。さらに、市民陸上大会や駅伝大会、小学校運動会・マラソン大会、各市の小学校体育大会・陸上競技大会などにおいて**自己記録の更新**、さらには**優勝や入賞を目指す**ことを目標にトレーニングをしています。

【対象】 小学1～6年生

【活動日】 毎週土曜日 9:00～11:00 旭スポーツの森公園／東総運動場

【月会費】 4000円

【主なスケジュール】

旭市民陸上競技大会(5月) ちばキッズ陸上(10月) 全国小学生クロカンリレー
千葉県予選(10月) 旭市民駅伝大会(12月) 旭市飯岡しおさいマラソン(2月)

【お問い合わせ】

NPO 法人スポーツアカデミー TEL:0479-62-8870 FAX:0479-74-7270

スポーツくじ



この活動は、スポーツ振興くじの
助成金を受けて行っています