



あおぞらスポーツ教室

# かけっこ教室



**日時:2025年5月3日(土・祝)**

- ① 9:30~10:45 (4歳~未就学児)  
② 11:00~12:15 (小学生)

**場所:大沢総合グラウンド(多目的スポーツ広場A・B)**

**定員:各30名 (最少催行人員6名)**

※定員を超えた場合は、抽選となります。

**参加費:1,000円(税込)**

⚡雨天の場合⚡

雨天による事前中止は全額ご返金いたします。

開始から40分未満の場合は参加費の50%をご返金いたします。

開始から40分以上経過した場合は、ご返金はいたしません。

**持ち物:動きやすい服装・運動靴・汗拭きタオル  
飲み物(ジュース類は不可)**

**応募受付期間:2月15日(土)~2月28日(金)**

※定員に空きがある場合は、教室実施日の7日前までお申込み可能となります。

**応募方法:講座申込システムまたは往復ハガキ**

※二次元コードをスマートフォン等で読み込むと講座申込システムにアクセスできます。

※お申込み方法の詳細はホームページまたはスポーツ教室チラシを参照ください。



**基礎練習:基本の走り方**

腕や脚の正しい動かし方

**応用練習:スタートの姿勢**

走り方の改善・定着

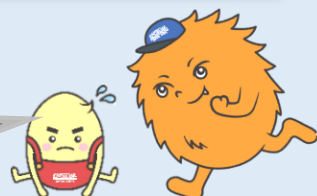
**速く走るコツを身につけて  
みんなのヒーローになろう♪**



**最後はミニゲーム!**



**君たちはコーチから  
逃げることができるかな・・・**



# あおぞらスポーツ教室 《かけっこ教室》 申込詳細

- 【教室内容】 かけっこ(徒競走)が上手になるように段階的に練習を行います。  
基本練習や実践練習を踏まえたゲームも実施いたします。  
速く走れるようになりたいお子様大歓迎です。皆様のご参加お待ちしております。
- 【実施日時】 2025 年 5 月 3 日(土・祝)  
①9:30~10:45 (4 才~未就学児) ②11:00~12:15 (小学生)
- 【集合場所】 大沢総合グラウンド多目的スポーツ広場 A・B
- 【定員】 各回 30 名 (最少催行人員 6 名)
- 【持ち物】 動きやすい服装、運動靴、汗拭き用タオル、飲み物(ジュース類は不可)
- 【申込期間】 2025 年 2 月 15 日(土)~2 月 28 日(金)
- 【申込方法】 三鷹中央防災公園・元気創造プラザ講座申込システム又は往復ハガキ  
・申込人数が定員を超えた場合は、抽選とさせていただきます。  
・往復ハガキの場合は、上記申込期間内に届くように(必着)お申し込みください。  
※2024年10月より郵便料金に変更されていますのでご注意ください。(126 円→170 円)
- 【抽選発表】 3 月 7 日(金) 申込時に登録いただいたメールアドレスに通知いたします。
- 【正式申込】 3 月 8 日(土)~3 月 16 日(日) 10:00~17:00  
※SUBARU 総合スポーツセンター地下1階特設受付にて正式申込(支払)をお済ませください。  
上記期間内にご入金いただけない場合は、自動的にキャンセルとなりますのでご注意ください。
- ◆手続き時必要なもの
- ・参加費(1,000 円税込) SUBARU 総合スポーツセンター内の券売機にてお支払いいただきます。  
取扱いは現金・交通系 IC・みたか地域ポイントのみとなります。
  - ・口座情報のわかるもの…中止となった場合の返金は、振込返金とさせていただきます。受講申込書に振込先口座  
のご記入のご協力をお願いいたします。振込先口座のご記入に当たっては、  
①金融機関番号(金融機関コード) ②支店番号(支店コード) ③預金種目 ④口座番号  
⑤口座名義が必要となります。
- ◆応募時の注意
- ①現在治療・服薬中の方又は過去に入院や手術が必要な大きなケガや病気(心臓病・脳血管疾患・気管支喘息・高  
血圧症・てんかん・ひきつけなど)にかかった方は、医師と相談のうえ、受講申込書にご記入ください。  
必要により診断書の提出を求める場合や教室へのご参加をお断りする場合もございます。
  - ②教室開始後であっても、インストラクターの判断により、ご参加をお断りする場合がございます。
- 【雨天時の対応】
- 中止決定は各開始時刻の1時間前です。中止の場合は、SUBARU 総合スポーツセンターのホームページ及び  
X(旧 Twitter)にてお知らせいたします。雨天による事前中止は全額ご返金いたします。  
イベント開始後、途中で雨天中止となった場合、以下のように対応させていただきます。
- ・開始時刻から40 分以上経過した場合は成立とし、参加費のご返金はいたしません。
  - ・開始時刻から40 分未満の場合は不成立とし、参加費の 50%をご返金いたします。
- 【キャンセルについて】
- 手続き完了後の自己都合による返金、講座の変更・譲渡はできませんので予めご了承ください。



講座申込システム



SUBARU 総合  
スポーツセンター



X (旧 Twitter)

お問い合わせ:SUBARU 総合スポーツセンター0422-45-1113 (9:00~21:30)

主催:(公財)三鷹市スポーツと文化財団/担当:セントラルスポーツ(株)