

子ども走り方教室

第35回三鷹市民駅伝大会 同時開催

～ 目指せ！未来のランナー ～

足が速くなりたい！正しいフォームを身につけたい！楽しく運動したい！

セントラルスポーツコーチによる1日限りの走り方教室！！

★楽しく走るコツを身につけよう！走る動作を取り入れたゲームもします★

対 象

三鷹市在住、在学の ①小学1～3年生 ②小学4～6年生

日 時

令和8年11月22日（日）

①9：20～9：50 ②10：00～10：40

定 員

①30名 ②30名 ※申込多数の場合は抽選となります

場 所

SUBARU総合スポーツセンター サブアリーナ

持ち物

室内用シューズ・動きやすい服装・タオル

外履きを入れる袋

飲み物（ふた付きのもの）



参加費

無料

お申込み

10月13日（火）～11月1日（日）

講座申込システムにてお申込み

(<https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/>)

QRコードから
エントリー！！

SUBARU総合スポーツセンター 電話：0422-45-1113