

かけっこ教室 開催要項

- 目 的 あらゆるスポーツの基礎となる走り方について、ラダー・ハードルを使用して実技を交えながら練習方法をわかりやすく学び、運動会・陸上記録会・マラソン大会等で記録を伸ばすことを目的とする。
- 1 主 催 一般社団法人 ライズはしかみ
- 2 後 援 階上町陸上競技協会 八戸学院大学陸上競技部
- 3 期 日 平成 29 年 8 月 5 日（土）
- 4 時 間 13 時 00 分から 15 時 00 分
- 5 会 場 階上町立階上中学校グラウンド（雨天時：階上中学校体育館）
住所：階上町大字赤保内字柳沢 15-2
- 6 内 容 1. 速く走るための説明
 2. ラダーを使用した練習方法
 3. ハードルを使用した練習方法
 4. タイム測定（50M）
- 7 対 象 小学生・中学生
- 8 指導者 講 師 八戸学院大学 陸上競技部監督 綿谷 貴志 氏
 運営補助 階上町陸上競技協会
 八戸学院大学 陸上競技部員
- 9 参加料 1 家族 500 円（当日受付）
- 10 申込方法 裏面の参加申込用紙に必要事項を記入して下記申込先まで、持参または FAX で申込みして下さい。
 一般社団法人ライズはしかみ <平日 9：00～16：00>
 住所：階上町大字道仏字天当平 1-150
 TEL 0178-32-0147 FAX 0178-32-0157 （階上町民体育館内）
- 11 申込締切 平成 29 年 7 月 31 日（月）
- 12 日 程 参加者受付 12 時 30 分 終了時間 15 時 00 分
- 13 持ち物 運動が出来る服装と運動靴（雨天時：内履き）で参加して下さい。
 熱中症対策のために、帽子・飲み物・汗ふきタオル・着替え等各自用意して下さい。
- 14 その他 教室への送迎は、必ず保護者や責任の持てる方が行って下さい。
 教室中の疾病事故については、応急処置の他は主催者はその責任を負いません。スポーツ障害保険などへの加入は各自お願いします。
 （ライズはしかみでスポーツ安全保険加入者は必要ありません。）

かけっこ教室 参加申込書

一般社団法人ライズはしかみ 宛

FAX : 0178-32-0157

学 校 名	学校	
(ふりがな)	学 年	性 別
氏 名	年	男・女
学 校 名	学校	
(ふりがな)	学 年	性 別
氏 名	年	男・女
学 校 名	学校	
(ふりがな)	学 年	性 別
氏 名	年	男・女
保 護 者 氏 名	緊 急 時 連 絡 先	

申込日 年 月 日

<同意書>

かけっこ教室中の練習風景などの写真が一般社団法人ライズはしかみ、ホームページ・広報誌及び八戸学院大学ホームページ等広報資料に掲載されることに同意します。

保護者氏名 _____ 印

※取得した個人情報は、一般社団法人ライズはしかみホームページ・広報誌及び八戸学院大学ホームページ等広報資料以外には使用しないことをお約束します。