

スポーツ専門
指導員による

春季

かけっこ教室

参加者募集!

ライバルに差をつけ

目指せ1等賞

参加する前は「走るが遅いから
いやだ!」と言っていたが、
かけっこ教室に参加してからは、
「走ることが楽しい!」と言うよう
になりました。



なんか「走り方」がカッコよく
なったみたいです!
帰ってからも、練習しています!
「参加して良かった!」と思って
います!



この声が一番多かった!

Aくん(年中) 30m

Bくん(3年生) 50m

「タイムアップで効果を実感!」

1日目 → 9.44秒

2.55秒

1日目 → 11.31秒

1.4秒

2日目 → 6.89秒

2日目 → 9.91秒

タイムアップ!

タイムアップ!

効果が上がる3つの“秘密”とは…?

1. お子様のレベルに合わせた 楽しみながら成長できるプログラム!!!
2. 自宅でも練習ができる「スキルアップカード」!!!
3. 初回(練習前)・最終回(練習後)に記録をとり、走りに“目標”と“自信”を!!!

<第1回> 4月12日(土)

<第2回> 4月26日(土)

～主な練習メニュー～

★タイム計測

★フォームの確認

★サーキットトレーニング



初めに練習前の記録をとり、現在の状況を確認します!
その後、様々な器具を使って腕ふりや足の上げ方、地面の蹴り方を学び、
実践練習を行います!
帰る前にスキルアップカードをお渡しするので、お家でも練習です!

～主な練習メニュー～

★サーキットトレーニング

★スタートダッシュの練習

★タイム計測



サーキットトレーニングでは、様々な器具を使用して
実際に走りながらフォームチェックをしていきます!
スタートダッシュは走り出しのタイミングや姿勢を学び、
最後には様々な種類の鬼ごっこを楽しみながら練習します!

◆期 日 : 4月12日・4月26日(土) *雨天予備日: 4月13日・4月27日(日)
*小雨決行

◆コース : A. 14:20～15:10 (*年長)
「キレイな走り方をマスターしよう!」

B. 15:20～16:10 (*1年～3年生)
「上手に走れるようになりたい! 苦手克服コース」

C. 16:20～17:10 (*3年～6年生)
「もっと足が速くなりたい! 走力を伸ばしたい子コース」

◆申込方法: インターネットでのお申込み(*携帯電話可)
申し込み後、自動返信メールが届きますので、迷惑メール防止設定を
されている方は、以下のメールアドレスを受信できるよう必ず設定を
してください。

メールアドレス: 『foot_race_class@child-sports.com』

URL: 『http://ws.formzu.net/fgen/S72898905/』

※自動返信メールが届かない場合は、お問合せからご連絡ください。

『2025春季かけっこ教室』

①名前・フリガナの入力

②自宅・携帯電話番号の入力

③携帯アドレスの入力 *携帯アドレスがない場合は、PCアドレスを入力してください。

④会場・コースの入力 *パンフレットに記載されている会場名を選択してください。

⑤園名・学校名の入力

⑥学年の入力

⑦参加理由・過去参加の有無の入力



◆参加費: 2日間 4,950円(税込)

◆締 切: 3月31日(月) *最少催行人数: 15名

◆場 所: 碧南市臨海公園 芝生広場

※集合場所 大噴水横

※集合場所の詳細がわからない方は、イベントの1週間前までに
ご連絡ください。当日に本部にお問合せを頂いても、不在の
場合がございます。予めご了承ください。

◆キャンセルについて

病気・家庭の用事などで教室をお休みの場合は参加費返金は
できませんので、予めご了承ください。

必ず「参加日程」と「ご家庭の予定」をご確認の上、
お申し込みください。

キャンセル料: 15日前～4日前 → 2,000円

3日前～当日 → 4,000円

お 問 合 せ

◆後 援: 碧南市教育委員会

NPO法人日本チャイルドスポーツ協会

〒470-2302

愛知県知多郡武豊町鹿ノ子田2-136

TEL(0569)84-8711

担当: 加藤