

エキスパートから学ぶ

子どもの ジャンプ力 向上プロジェクト

～きのうの自分をとびこえる～



高く跳ぶ、遠くへ跳ぶためにはどのように体を使えばよいか、講師から教わり、自己ベスト更新にチャレンジします。

日時

11月29日(日曜日)

10:00～11:30

※雨天時は12月6日(日)に延期

会場

立川公園陸上競技場

持ち物

運動できる服装・靴、
汗拭きタオル、飲み物

対象

小学4年生～中学生

定員

15名(申込順)

申込み

10月27日(火)から、
右記申込フォームより
お申し込みください。



講師

しが みつる
志賀 充先生
(東京女子体育大学)



【競技歴】

- ・九州インターカレッジ陸上競技大会(十種競技)優勝
- ・関東インターカレッジ陸上競技大会(十種競技)優勝
- ・全日本選抜混成競技大会(十種競技)3位
- ・アジア競技大会全日本代表選手選考競技大会(十種競技)5位

【指導歴】

- ・パラオ共和国陸上競技ナショナルコーチ
(シドニーオリンピックにコーチとして参加)
- ・びわこ成蹊スポーツ大学 陸上競技部監督
- ・東京女子体育大学 陸上競技部監督
- ・日本陸上競技連盟 混成競技 強化委員長
(ディレクター)

*東京女子体育大学ウェブサイトより

この講座に関するご相談、お問い合わせは…

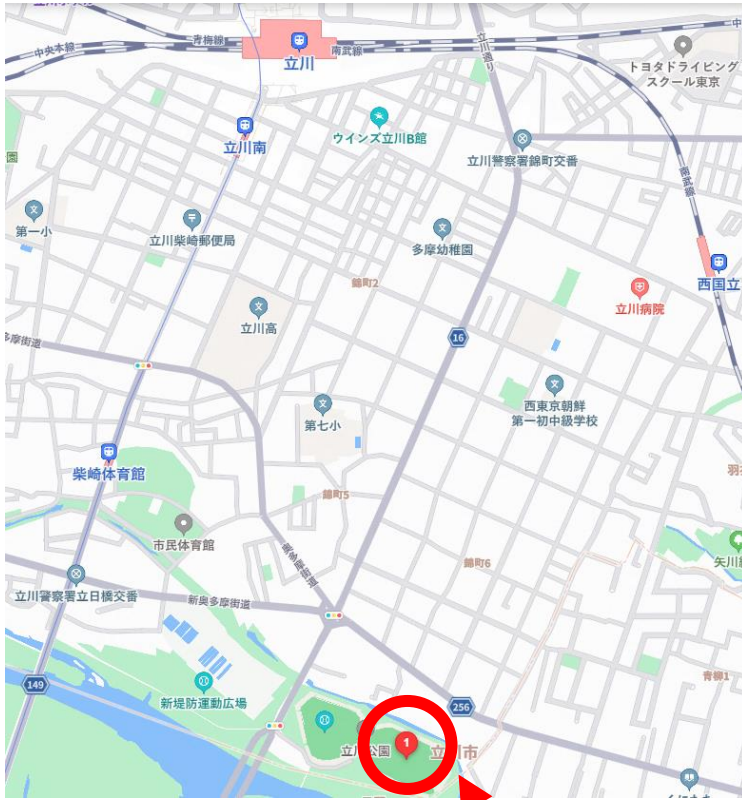
立川市 教育部 生涯学習推進センター 幸学習館係
電話:042-534-3076



たちかわ市民交流大学

会場案内図

立川公園陸上競技場



住所: 〒190-0022 立川市錦町6-29-62

アクセス

 JR立川駅南口より コミュニティバス「くるりん」利用の場合

「錦町六丁目西」バス停下車 徒歩8分

 多摩モノレール柴崎体育館駅より 徒歩15分

※お車でのご来場はお控えください。

※会場への直接の問い合わせはご遠慮ください。お問い合わせは、生涯学習推進センター幸学習館(042-534-3076)へお願いいたします。