



HAMADA J.A.S
SHIMANE

浜田陸上教室ニュース

令和7年4月5日

令和7年度 陸上教室スタート



令和7年度の陸上教室開講式が4月5日(土)に行われました。

初日の受付で105名の申し込みがありました。(申し込みは教室の時にいつでもできます)

※申し込みについて

- ・浜田陸上競技協会ホームページ→浜田ジュニア陸上教室→募集要項→参加申込書
- ・教室時間 9時00分～11時00分
- ・参加料6000円(年間・保険料込み)
- ・小学1年生～小学6年生

教室スタッフ

・多種目で専門種目の指導者が揃い、指導経験豊富です。

教室の流れ

- ・来た人からボール投げなど
- ・準備運動(なわとび等)
- ・もも上げドリル 動きづくりドリル
- ・スタートダッシュなど
- ・専門種目練習

教室の目標

・スタッフや友達のを借りて「自己新記録更新をめざす」



約2年2ヶ月ぶりに教室に参加することができました。4年生だった子供たちが、今年から中学生になり、成長した子供たちに感激しました。

これからもスタッフの皆さんや子供たちに助けをもらいながら、教室に参加しようと思いますので、よろしくお願いいたします。 [上ヶ迫]