

# “子どもに走り方を教えるプロ” 元陸上トップアスリートによる

どんなスポーツにも役立つ

## 走り方教室

スポーツの基礎となる『走る』という基本動作を正しく身に付けながら、『運動神経』を高めるためのコーディネーショントレーニングを行っていく60分間のレッスンです！



### 講師プロフィール

荒井 輔 (Tasuku Arai)

BEAT AC TOKYO コーチ

KIDS COORDINATION TRAINER (NESTA JAPAN)

元実業団陸上競技選手 (1500m)

### 《主な競技歴》

2009.2010 箱根駅伝2年連続出場 (1区-3区)  
2007 関東インカレ1500m優勝  
2009 関東インカレ1500m優勝  
2010 全日本実業団選手権1500m 7位  
2012 日本選手権1500m3位  
2013 日本選手権1500m6位

# 11月22日 (日)

新宿スポーツセンター (3階・大体育室)

**募集▶** ジュニアレッスン (小学5・6年生) 10:00~11:30 15名 (先着順)

**費用▶ 無料**

**申込▶** 令和2年11月8日 (日) 12:00~先着順

新宿スポーツセンター1Fフロントにて受付します。※電話・FAX不可

持ち物 : 室内履き、動きやすい服装、マスク、飲み物 (口の閉まる容器)、汗拭きタオル等  
問合せ : 新宿スポーツセンター 03-3232-0171

主催 指定管理者名 新宿スポーツコミュニティ共同事業体