



小学生対象：3ヶ月教室

マラソン大会で優勝したい！脚が速くなりたい！そんな君を待っています！

子どもマラソン教室

「努力すれば必ず速く走れる…それが長距離です」



指導員：腰越 司

子どもマラソン教室では、実践練習に加え、速く走れるフォームを身につけ、持久力の向上そして各小学校マラソン大会での上位入賞を目指します。また、「耐えるチカラを育む」ことは、生涯に渡って大きな財産になるはずです。

★期 間／7月7日から9月29日までの各土曜日（全12回）

★時 間／8時30分～9時45分（8時20分集合）

★会 場／水沢運動公園グラウンド
※雨天時：十日町体カづくり支援センター内スタジオ

★対 象／小学1年生～4年生

★定 員／15名 ※定員になり次第締め切りさせていただきます

★受 講 料／10,000円／12回（税込）

★持 ち 物／外ばき運動くつ・動きやすい服装・タオル・帽子・飲み物

★申 込 方 法／6月7日（木）～7月3日（火）までに申込書に必要事項をご記入のうえ、受講料を添えて施設受付にてお申し込みください。電話による予約も承ります。
※次のキャンセル料をお支払いいただくことで申し込みをキャンセルすることができます。
7月4日（水）から6日（金）までは受講料の半額、講習開始日以降は受講料の全額
※講習会開始日以降のキャンセルは、受講料全額お支払いいただきます。予めご了承ください。
※最少催行人数に達しない場合は中止することがあります

開催日程

7月	7、14、21、28日
8月	4、11、18、25日
9月	8、15、22、29日

※9月1日は教室開催いたしません



公益財団法人体カづくり指導協会
十日町体カづくり支援センター

十日町市馬場丙 1495-8
TEL. 025-758-3343
www.tairyoku.or.jp/



『当法人の個人情報保護方針に基づき個人情報を正確かつ安全に取り扱うことに努めます』

T-1805HF-0008

営業時間：平日 10～21:00／土曜 9:30～21:00／日曜・祝日 9:30～17:00 施設休館日：水曜日※施設点検休館：5/28(月)～5/30(水)

（キリトリ）

「子どもマラソン教室」申込書

申込日 平成30年 月 日

ふりがな 氏 名	男・女	学校 学年	小学校 小学 年
生年月日	平成 年 月 日	才 電 話	自 宅 緊急連絡先
住 所	〒		
			受付印 (施設使用欄)

〈参加規約〉本企画（マラソン教室）に参加しようとする場合は、「通常の健康状態にあるので企画に参加できる」旨の医師の同意が必要です。ただし、保護者および本人の責任においてこれに代えることができます。なお、施設が健康上問題のある恐れがあると判断したときは、医師の診断書の提出を求める他、参加をお断りする場合があります。上記参加規約を承認し、本企画（子どもマラソン教室）に参加することに同意します。

平成 30 年 月 日 保護者署名

印