

定員20名
※先着順

速く走るにはコツがある！

5.14[±]
19:00-21:00

運動会直前

スタート強化教室

サッカーや他の競技にも応用できます！

内容

- ①『FASTRun』という専用の計測器で、20mのタイムを計測します。
- ② 速く走るためのストレッチを行います。
- ③ スタートの練習をします。
- ④ 20mのタイムを計測し、トレーニングの成果を確認します。

要綱

- 【対象】 小学3年生以上
【参加費】 1家族1,000円(シリウス会員は500円)
【会場】 越谷市立東中学校校庭
【持ち物】 運動のできる服装・飲み物
【申込み】 メールでの申し込みとなります。申し込みの際は、1.学年 2.氏名 3.電話番号の3点をご記入ください。(当日17時~~×~~切)
【その他】 雨天時は中止となります。ペアで行うストレッチもありますので、保護者の方もぜひご参加ください。

お申し込み

越谷シリウスフットボールクラブ

ジュニアユース/ジュニア/キッズスクール/ドリブルスクール/ボディアク/学習道場

〒343-0812 埼玉県越谷市柳町5-55

TEL : 090-2426-0617

MAIL : sirius-fc@docomo.ne.jp

メール



ホームページ



Facebook

