

教室	なまえ
----	-----

かけっこ教室のご案内



期日 3月28日(土)~29日(日) *雨天時 YTCホールにて		
E-1	児童	13:40~14:50
E-2	児童	15:00~16:10

*指導開始5分前には、準備を整えてお集まりください。
*雨天の場合は、YTCホールで行います。

2日間のテーマ

『かけっこを大好きになろう!』

~速く走るために必要な姿勢と腕振り練習~



『スピードアップを感じよう!』

~脚の回転力を上げる走り方とトレーニング法~



『スタートで差をつけろ!』

~走るまでの準備とスタート練習~

もちもの

水筒・タオル・YTC会員は出席カード

服装

- ・YTCユニフォーム(運動のできる服装)
サッカー、水泳、チアクラス及び会員外の方は、幼稚園や小学校の体操服を着用してください。
*チアのスコートは不可
*帽子は必ず着用
(園児はか-帽子・紅白帽・キャップに限る)
- ・運動靴 *雨天の場合は、YTCホールにてレッスンを
行いますので、上履きをご用意ください。

災害時の避難について

グラウンド中央で待機後、状況によって深谷通信隊へ移動

費用納入方法・納入期限について

会 員 3,000円
会 員 外 4,000円

- 当日、現金でお持ちください。
*つり銭のないようお願い致します。

お気軽にお問い合わせください



体育・スポーツ・レクリエーション企画・講習・指導

横浜体育クラブ

045-804-7075