

氏 団 体・サークル 名	(ふりがな) いわぬましりくじょうきょうぎきょうかい 岩沼市陸上競技協会	
	(ふりがな) ささき みちこ 佐々木 美智子	
連 絡 先	生涯学習課(0223-23-0844)	
指 導 内 容	テーマ	内容
	陸上競技に親しむ	遊びながら楽しく行う(おにごっこ等)。
	走り方の基本	うで振り、もも上げ、基礎体操。
	実践練習	スタート、ダッシュ、150M走、インターバル、トレーニング
対 象	少年 ・ 青年 ・ 壮年 ・ 高齢者 (7~18歳) (19~30歳) (31~64歳) (65歳~)	
指 導 日・時 間	火 ・ 木 ・ 土	午前
費 用	無料または実費	
自己PR、指導歴等	・H28~成人対象の初心者への指導を行っている。(講師 国井一路)	