

NTTドリームキッズ ふれあい陸上教室

- 1、主催 山口陸上競技協会 NTT西日本山口支店
- 2、日時 平成24年2月4日(土) 9:00開始(受付8:30)
- 3、場所 維新公園補助競技場
- 4、日程 9:00~9:15 開会式
主催者挨拶
指導者紹介
実施要領説明

9:15~12:00 ※実施内容については、変更する場合があります。

ウォーミングアップ	○体操・ストレッチ ○JOG
走り方について (実技)	○腕の振り方 ○足の上げ方 ○走るときの姿勢等
デモストレーション	○実際にキロ3分ペースで走る(速さを実感してもらうため)
講話 質問コーナー	○講話 ○質問コーナー
ゲーム等	○児童とのリレー対抗または競走など
整理体操	○ストレッチ、ランニング

12:00~12:15 閉会式
主催者挨拶
全体講評
参加賞等贈呈

- 5、講師 NTT西日本陸上競技部部員5~6名
- 6、参加者対象 小学生(5、6年生)100名程度
- 7、申込 平成23年12月22日までに、山口県小学生陸上競技協議会事務局へ
- 8、その他 NTT西日本陸上競技部のホームページ 掲載予定
(<http://www.ntt-west.co.jp/symbol/hp/rikujobu/kyoshitsu/index.html>)