

エネルギーランナーズスクール in 防府 中国電力の選手と一緒に走ろう！



中国電力の「エネルギーランナーズスクール」は、すべてのスポーツの基本である「走る」こと、中でも中長距離走を通して、子どもたちに体を動かすことの楽しさや喜びを実感してもらうとともに、陸上競技の基本を身に付けていただくことを目的としています。

また、オリンピック選手を輩出している当社陸上競技部選手の指導により、子どもたちに「世界へ挑戦する」という大きな「夢」を持っていただきたいと考えています。

このたび、山口県内で「エネルギーランナーズスクール」を開催いたします。大会前日の過ごし方なども指導しますので、奮ってご参加ください。

1. 日 時 平成24年3月3日(土) 9時30分～12時00分(受付 9時00分～)
雨天の場合は、陸上競技場内の会議室で行います。
2. 場 所 防府スポーツセンター 陸上競技場(防府市浜方古浜 195-2)
アクセス：山陽自動車道利用 ・下関方面から防府西IC下車 約25分
・岩国方面から防府東IC下車 約25分
JR 防府駅より ・タクシー 約15分
・防長バス(中関・中浦行き)
スポーツセンター入口バス停下車
3. 対 象 小学校・中学校に在学中の中長距離走選手および希望者
4. 募集人数 150名程度(希望者多数の場合は、先着順とさせていただきます)
5. 指 導 者 中国電力陸上競技部選手

6. 内 容 (予 定)

9:30 ~ 開校式

9:50 ~ コース (グループ) 別練習 (各コース (グループ) ごとに選手が指導)
ストレッチ , ジョギング , ゲーム , 正しい走り方 , インターバル走 ,
ペース走 など

11:40 ~ 質問コーナー

当日 , ケガ等で故障中の参加者には , 故障者用のプログラムを予定しています。

7. 申込方法 以下または添付の「参加申込書」に必要事項を記入のうえ , 中国電力(株) 山口支社 広報担当へ郵送 , E-Mail または FAX にてお申し込みください。

8. 申込締切 **平成24年1月27日(金)必着**
当日参加はできませんのでご了承ください。

9. その他 運動できる服装 , シューズ , タオル , 着替え等をお持ちください。
参加者以外の方でも , 見学場所にて自由にご覧いただけます。
スクール終了後 , アンケートにご協力ください。
参加者の傷害保険は , 中国電力で一括加入します。
参加者等の個人情報につきましては , 本目的以外には使用しません。

10. 申し込み・お問い合わせ先

〒753-8506 山口市中央 2-3-1 中国電力(株) 山口支社 広報担当 中嶋 佳代子
TEL : 083-924-2943 FAX : 083-921-3150
E-Mail : 372163@pnet.energia.co.jp

主 催 : 中国電力株式会社

協 力 : 山口陸上競技協会

「エネルギーランナーズスクール in 防府」(平成24年3月3日開催) 参加申込書

参加者氏名	
住 所	
該当箇所に をつけてください	小 学 生 1 年 生 ・ 2 年 生 ・ 3 年 生 ・ 4 年 生 ・ 5 年 生 ・ 6 年 生 (男 ・ 女) 中 学 生 1 年 生 ・ 2 年 生 ・ 3 年 生 (男 ・ 女)
所属クラブ(学校)名	

保護者氏名

連絡先

参加者等の個人情報につきましては , 本目的以外には使用しません。