

# かけっこ教室

## 《走るのが苦手な小学生集まれ！》

### 体を動かすコツを知ろう！！

走る姿勢

足の動き

腕振り

熱中・感染症  
対策



体幹強化

バランス強化

地面を捉える

室内の広いスペース

## 短期集中で楽しく走力アップ！

### Aコース

【対象】小学1～3年生

【開催日】7/30(土)・8/6(土)・  
20(土)・27(土)の4日間

【時間】9:00～10:00(60分)

【定員】10名 ※予約制(先着順)

【参加費】5,500円

### Bコース

【対象】小学4～6年生

【開催日】7/30(土)・8/6(土)・  
20(土)・27(土)の4日間

【時間】10:30～12:00(90分)

【定員】10名 ※予約制(先着順)

【参加費】8,800円



講師：中川 剛  
(日本ランニング協会  
ランニングアドバイザー)

実績：箱根駅伝3度出場  
箱根駅伝9区区間賞  
ニューイヤー駅伝出場

申し込み・お問い合わせ (締め切り7/27(水)まで)

**洛和メディカルスポーツ京都丸太町**

京都市中京区西ノ京車坂町12

(駐車場完備) キッズプログラム参加者無料

TEL 075(802)9030 E-mail medicalsports@rakuwa.or.jp



夢、そして誇り。この街で...

洛和会ヘルスケアシステム®