

楽しく練習しながら走り方のコツを一緒に学ぼう！
 ～ミズノ走り方教室～



4月15日(水)9:00～予約開始！

内容

正しい姿勢で走る、腕振り、足の動き、スタートのフォーム、スタートダッシュのコツなどを学び速く走るための練習をします！

- ◆ウォーミングアップ&準備体操
- ◆走る練習
- ◆クールダウン

場所 府中市生涯学習センター 体育室

2026年5月9日(土)

日時 ①小学1～3年生：10:00～11:00
 ②年中・年長：11:30～12:30

受講料 1回 1,100円(税込)

対象 ①小学生(1～3年生)
 ②幼児(年中～年長)

申込方法

QRコードからお申し込みください。
 キャンセルは申込完了メールからできます。
 (開催前日22:00まで)
 当日キャンセルの場合は、お電話にてお願いします。



- 定員：①②各20名 ※どちらも先着順となります。
 ※webからお申し込みください。
- 持ち物：動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオル
- ※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。

府中市生涯学習センター

TEL：042-336-5701

〒183-0001
 府中市浅間町1-7



●営業時間 9:00～22:00

●休館日 毎月第一月曜日
 ※祝日の場合は翌日
 年末年始(12/29～1/3)
 その他臨時休館日