

BETSUKAI チャレンジクラブ兼平成 30 年度競技力向上セミナー
『 走り方教室 』
開 催 要 項

1. 目 的 様々なスポーツに「走る」ことは求められます。そこで、「走り方」を正しく認識し、トレーニングを行うことで、各種スポーツのパフォーマンスアップに繋げることを目的とします。
 2. 主 催 (公財)北海道体育協会
 3. 共 催 別海町総合スポーツセンター(指定管理先:別海町地域振興財団)
 4. 後 援 別海町体育協会 別海町スポーツ少年団本部
 5. 日 時 平成31年3月23日(土) 10:00~12:00
 6. 会 場 別海町町民体育館アリーナ
 7. 講 師 **北風 沙織 氏** (北海道ハイテクAC所属:コーチ)
釧路市出身
100m 自己ベスト 11 秒 42
4×100m リレー日本記録保持者
【43 秒 39 2011 年樹立】
2014 年 世界リレー 日本代表
2015 年 世界リレー 日本代表 (北海道ハイテク AC の HP より引用)
- 
8. 対 象 ①BETSUKAI チャレンジクラブ参加者
②スポーツ関係者・スポーツ少年団の指導者・選手及び興味のある方
 9. 参 加 料 無料
 10. 申 込 先 3 月 20 日(水)までにスポーツセンターへ代表者氏名及び参加者数をご連絡ください。
☎0153-75-2882 fax0153-75-0418
Eメール sports@betsukai-pf.or.jp (担当:菅原、鶴ノ澤)
 11. 持 ち 物 動きやすい服装、上靴、飲み物、汗拭きタオル
 12. そ の 他 本教室はBETSUKAIチャレンジクラブと競技力向上セミナーの合同で開催されることになっています。