

速くなるかけっこ教室



平成25年9月9日にスマイル健康事業「速くなるかけっこ教室」をベイコム陸上競技場で実施しました。小学校1年生から6年生まで124人が参加し、スタート練習・スタート後の加速練習・しっかりと腕振りの練習などを行い、最後に行った50メートルのタイム測定では少し緊張しながらも練習の成果を発揮しました！

正しい構えの姿勢を作って
スタートの練習！



高学年はラダーを使ってより専門的に技術の習得！



足を広げてポン、ポンとリズムカルに走る練習！



最後に50メートルの
タイム測定☆



来年度も開催予定ですので楽しみに！！

