

今よりも!
もっと速く!

総合型地域スポーツクラブ 絆 プロデュース

かけっこクラブ

 **KAKEKKO CLUB** 



ジャマイカ式 かけっこ



足の速さは才能ではない!

CHECK ポイント 1

速く走るために必要な7つの要素を10段階にわけて、一段ずつ確実に登って行くことで誰でも足が速くなれます!

CHECK ポイント 2

すべてのスポーツ(運動)に必要な"走る"をベースに、様々な運動を取り入れながら楽しく体を動かしていきます!

CHECK ポイント 3

体力測定のコツ(幅跳びや反復横跳び、ボール投げ)、また学校体育の内容(縄跳びやマット運動など)も教えていきます!

確実に変化を実感できるように、定期的にスポーツ測定も実施します!



コーチ
羽田 真弓
MAYU HANEDA

『足の速さは才能ではない!』
今、自転車に乗るのが当たり前のように、走り方を知らないだけです。走り方って、習ったことありますか? 学校では教えてもらえない速く走る走り方! 簡単に分かりやすく、どんな子供でも必ず足が速くなる走り方教えます!そして、小さい頃にどれだけ遊びや運動に触れたかで将来の可能性が広がります。子供の可能性を広げていきましょう!

出身地 福島県福島市
生年月日 1987年生まれ
経歴 早稲田大学卒業
早稲田大学大学院生修士課程終了
競技歴 国民体育大会総合4位 東北大会個人総合優勝(新体操)
引退後 新体操指導者に変更
保有資格 中学、高校(体育・保健体育)教員免許
新体操審判免許 FTPマットピラティスインストラクター

開催場所 埼玉県三芳町総合体育館
開催日時 毎週月曜日
開催時間 16:00~17:00 幼児
17:10~18:10 低学年
18:20~19:20 高学年
19:30~20:30 大人(中学生以上)
月会費 4,400円(スポーツ保険料込)

随時、体験参加受付中 お気軽にご連絡ください

お電話またはメールにてお願いいたします ☎ 050-5307-1333 ✉ jimukyoku@obligadofc.com