

30分で速くなる!?

かけっこ 教室体験会

速くなる3つの心得

頑張らない

ただ一生懸命に走っても速くはなりません。

もも下げ

ももを落とす！
地面からもらった力で
前に進みます！

Zのカタチ

速く走るための
秘伝のカタチ



カルロスコーチ

「足が遅い」というだけで運動嫌いになっていませんか？
カラダを動かすのが「大嫌い」だった僕が『全国2位』になれた
ある【秘訣】をあなたに伝えます。
その結果、笑顔で走れる自分になろう！

場所：堅田小学校グラウンド 安曇川中学校グラウンド

対象：2023年4月時点で小学生以上の方

定員：各部15名（1部：小1～小4／2部：小3～中3）

詳細



BLAST RUNNING ACADEMY
総合型地域スポーツクラブ
認定NPO法人TSC



npo tsc | 検索

アカデミー詳細
お申し込みはHPから