

フォームで 差をつけろ！

運動が苦手でも大丈夫！
走り方の“基本”を楽しく体験！

3つのポイントを
意識するだけ！

- ✓ 目線
.....
- ✓ 姿勢
.....
- ✓ 手の位置
.....



令和8年度
亀戸スポーツセンター
かけっこ塾

令和8年5月5日(火・祝)

1 親子クラス

○9時30分～10時30分
対象：親子(5・6歳児)

2 小学1・2年生クラス

○10時40分～11時40分
対象：小学1・2年生

申込方法等の詳細は裏面をご確認ください

指導員紹介



陸上競技インストラクター

池田 剛

江東区亀戸生まれ。
全国大会入賞選手を多数輩出。
現在は世代間の垣根をなくし、
子供から大人まで誰もが一緒に
参加できる陸上競技教室「アス
リート塾」を開講。

指導実績

- 東京都大会優勝選手
個人種目延べ 22名
リレー 5チーム
- 全国中学陸上・インター
ハイ出場選手を輩出
- 江東区内各スポーツ
センターや学校にて、
走り方の指導実績あり

保有資格

- (公財)日本スポーツ
協会公認
陸上コーチ1
- (公財)日本陸上競技
協会公認
ジュニアコーチ
- (公財)日本陸上競技
協会公認
公認審判員

申込詳細

| | |
|--------|---|
| ■日時 | 令和8年5月5日(火・祝) ①9時30分～10時30分 ②10時40分～11時40分 |
| ■会場 | 亀戸スポーツセンター 大体育室 |
| ■対象/定員 | ①親子(5・6歳児)/30組 ②小学1・2年生/30人 |
| ■参加費 | ①、②共に1,000円/組・人 |
| ■申込方法 | 4月6日(月) 9時よりWEBにて申込開始。 右記QRを読込、申込フォームより申込ください。 |



お問合せ

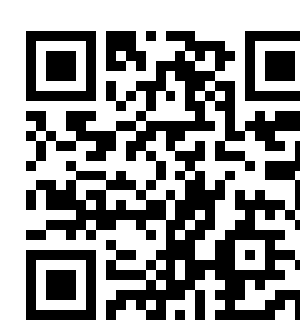


公益財団法人江東区健康スポーツ公社

亀戸スポーツセンター

TEL : 03-5609-9571 FAX : 03-5609-9574

施設HP



イベントHP

