

# 基礎トレーニング練習会

つがる市駅伝強化クラブでは、冬期間の練習として、どのスポーツ競技にも通じる基礎トレーニングを行っています。室内でできるトレーニングを学ぶ機会となりますので、興味がある方はぜひご参加ください。

## 期日・場所

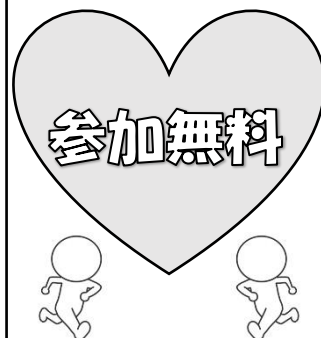
- ① 1月25日(土) 伊藤鉱業アリーナつがる(武道場)
- ② 2月 8日(土) 伊藤鉱業アリーナつがる(サブアリーナ)
- ③ 3月 1日(土) 伊藤鉱業アリーナつがる(サブアリーナ)

## 時間

全日 午後 3時～ 5時

## 講師

工藤 大靖 氏  
1st class 代表  
走幅跳青森県記録  
(7m80cm)



## 対象

小学4年生～中学3年生

## 申込み

◎保護者同意のもと、各回参加日2日前までにお名前・連絡先をFAX もしくは、電話にて、下記事務局まで。  
(平日9時～17時)

## 事務局

◎NPO 法人つがる市スポーツ協会(柏)  
〒038-3104 つがる市柏桑野木田花崎 69  
(つがる市柏総合体育センター内)  
TEL 25-3130 FAX 26-6720

## その他

- ◎うち履きを持参してください。
- ◎体調がすぐれない時は、無理せずお休みください。
- ◎タオルや飲み物など、各自必要な物はカバンに入れて持参してください。
- ◎期日・回数等が変更・中止となる場合があります。

きりとり

## 基礎トレーニング練習会参加申込書

お名前(ふりがな)

学校名

学校

年生

参加日 1/25 ・ 2/8 ・ 3/1

TEL

上記の者が参加することに同意します。

保護者氏名