

走る**楽しさ**、仲間と一緒に！

「F活陸上クラブ」 体験会のお知らせ

陸上競技に興味のあるみなさん！

中学生と一緒に、楽しく体を動かしてみませんか？

はじめての人も大歓迎！ぜひご参加ください！

中学生と一緒にやろうよ！



日時

11月7日(土)
8:30~11:30

会場

袋井南中学校 グラウンド

対象

袋井市内小学校6年生

送迎

送迎は各自でお願いします。

保険

参加者は主催者側で
レクリエーション保険に加入します。

持ち物・服装

動きやすい服装・運動靴でご参加ください。

飲み物、タオル等をご持参ください。

雨天時の対応は、申込者へ別途お知らせします。

保護者の皆さまへ

- ・お子様の体調管理をお願いします。
- ・活動中のけが等については、主催者が加入するレクリエーション保険の補償範囲内で対応します。
- ・活動中に撮影した写真・動画は、広報等に使用する場合があります。写真・動画の利用については、お申込みフォームでご確認・ご同意をお願いします。



体験内容(予定)

- ✓ ウォーミングアップ・基礎練習
(走る・跳ぶ・投げるなど)
- ✓ ミニゲーム・レクリエーション
- ✓ 中学生と一緒に練習体験

※内容は変更になる場合があります。

はじめての人も
大歓迎！



お申し込み

参加を希望される方は、
Googleフォームから**お申し込み**ください。



スマホからも
簡単に
お申し込み
できます！

参加無料！

※来年度からの行事は
有料予定です。

申込締切 10月31日(土)

※定員に達し次第、受付を締め切る場合があります。

主催・お問い合わせ

袋井陸上クラブ

☎ 090 4865 9848

✉ trackandfield.masao@gmail.com



指導者紹介

経験豊富な指導者が、みなさんをサポートします！

1 鈴木 将夫

専門：短距離・陸上競技全般
日本陸連・日本スポーツ協会公認コーチ
公立中学校教員として36年間、陸上競技部を指導
男子4×100mリレーで全日本中陸連(43秒74)
ジュニアオリンピック
ジャベリックスロー優勝選手などを育成。

4 戸塚 舞衣

専門：短距離・ハードル
全中走高跳2連覇、全中100mH 3位。
インターハイ最高跳6位、中学校地域指導員や
小学生陸上教室などで指導経験多数。

2 石塚 浩司

専門：フィールド競技全般
日本選手権十種競技9位、2025年世界精華者
スポーツ大学や指導経験者として。
愛知県内の高校で8年指導経験し、強化合宿等でも
高校生一般選手の指導経験あり。

5 高橋 愛子

専門：ハードル・短距離
袋井高校・静岡双葉学園陸上競技部出身。
400mハードルを中心に競技。
袋井中学校陸上競技部顧問として
指導経験あり。

3 池田 晃紹

専門：短距離
浜松商業高校陸上競技部出身。
4×400mリレーで静岡県高校新人優勝。
現在、袋井市ランニングクリニックで
小中学生を指導中。

6 芹川 武佑志

専門：短距離
東北朝陽高校陸上競技部出身。
100m・200mを中心に競技。
(株) BODYCONDITIONINGの
小学生陸上教室で1年間の指導経験あり。

一歩踏み出すその先に、きっと新しい自分がある！