

「速く正しい走り方」

かけっこ夏期講習



日時：8月23日(水)・24日(木)

①9:15~10:45 ②11:15~12:45

場所：妙正寺体育館 体育館 (アリーナ)

対象：①年中~小学2年生 ②小学3年生~6年生

定員：各回15名

参加費：3000円 (当日お支払い)

申込方法：オンライン

8月8日(火)9:00~ (先着順)

※定員に達した場合はキャンセル待ちとなります。

講師：BEAT AC TOKYO

荒井 輔(あらい たすく) さん



1日目テーマ「走り方の基本とスピードダッシュ」

2日目テーマ「きれいなフォーム・スピード向上」

TAC杉並区妙正寺体育館

TEL03-3399-4224

【講師紹介】



・荒井 輔（あらい たすく）

2009年に青山学院大の33年ぶりの箱根駅伝出場を1区で経験。10年には主将として3区を走り、41年ぶりのシード権獲得に貢献。その後、JR東日本で競技を続け、12年日本選手権では1500m3位。引退後はランニングスクール「BEAT AC TOKYO」でコーチとして活動中。

・BEAT ACについて

「スポーツの基礎となる「走る」を通して、将来活躍する子どもを育てていく」ことをコンセプトに、2020年、世田谷を拠点にスタートしたランニングスクール。

「速く正しく走る技術」「コーディネーション能力」「人間力」を高めるカリキュラムで、現在は、都内6スクールと東京・京都の陸上クラブチームに約400名が在籍。

【イベント実績】

・かけっこ教室

新宿区スポーツセンター（新宿区）

メッツァムーミンパーク（埼玉県飯能市）

HASHIRUタイムトライアル（宮城県仙台市）

川崎スポーツフェスタ（富士通スタジアム）ほか

・主催・共催イベント

BEAT DASH、BEAT DASHミニ

（くらすクラス（JR東日本）・フロントウンさぎぬま）

イベントについて詳細は、
右下のQRコードからご覧ください。

