

子どもスポーツ教室(ゴールデンエイジプロジェクト)

[日 程] 2024年8月25日(日) 受付開始：15時00分

プログラム実施：15時30分～17時00分

*天候等により教室が早く終了することがあります

警報発出等による対応について

- ・13時に加古川市に警報発出された場合、子どもスポーツ教室(ゴールデンエイジプロジェクト)中止する。
- ・13時以降教室開始までに警報発出された場合、現地で中止する。
- ・教室開始時間中に警報発令された場合、放送等により連絡する。
- ・兵庫県を対象とした熱中症警戒アラートが発表され、現地での暑さ指数WBGT値により途中で中止する場合がある。

[場 所] 加古川運動公園陸上競技場

*雨天時は室内練習場等を利用して実施します。

[内 容] 実技：初心者の陸上競技体験（基本の運動・動きづくり・記録測定）

[指 導] 兵庫陸上競技協会普及委員会委員

予定時間(予定)		実施内容(予定)
15:00~15:20	受付	正面玄関 中央ホール付近にて受付
15:20~15:30	開講式 ○グラウンド	・挨拶 兵庫陸上競技協会 普及委員長 釜江憲史 ・諸連絡
15:30~15:50	○グラウンド	ウォーミングアップ
16:00~16:50	Aグループ (走り高跳び)	走り高跳びの基本の運動 走る・跳ぶ運動 走り高跳びの基礎練習等を取り入れます
	Bグループ (ジャベリックボール投げ)	ジャベリックボール投げの基本の運動 投げる運動 投げかたの基礎練習等を取り入れます
16:50~17:00	○グラウンド	クールダウン
17:00	解散	閉講式は実施しません グループごとに終了し教室終了後はすみやかに帰宅してください

[持ち物] ・運動のできる服装 帽子 タオル お茶 等

・スパイクのある方はご持参ください。

[その他] ・保護者または指導者引率でご参加ください。

・教室中のけが・疾病については、応急処置のみ対応します。

問い合わせ：兵庫陸上競技協会普及委員会 普及委員長 釜江(090-1674-2389)