

プロスプリントコーチから学ぶかけっこ教室

かけっこ教室詳細

■教室日程：2019年8月10日(土)

■対象：小学生低学年(1～3年生)、小学校高学年(4～6年)

■教室スケジュール：

①9:00～10:00 小学校低学年(1～3年生)

②10:15～11:15 小学校高学年(4～6年)

※集合時間は各クラスの10分前に集合ください ※定員は各クラス20名までとします

■会場：富士緑の休暇村 フジビレッジ クレーコート (山梨県南都留郡鳴沢村鳴沢8532-5) ※駐車場がございます。

■持ち物：動きやすい服装、外履き(運動しやすいシューズ等)、タオル、飲み物(熱中症対策のため多めに用意ください)

■雨天の場合：レッスン開始の2時間前までにクラブのHPよりご案内します

■参加費：¥500/人 ※当日受付の際に参加費を頂戴いたします

■お申込み方法：必要事項をご記入の上、下記メールアドレスまでご連絡ください。

《必要事項》

- ・名前：
- ・学年：
- ・性別：
- ・電話連絡先：
- ・参加希望クラス：①or②でご回答ください

※お申込み期間は、8月9日(金)23:59まで

一般社団法人ふじざくらスポーツクラブ担当：五十嵐・宮内 TEL：0550-28-7355 mail：info@fujizakura-sc.jp

■講師：山路 和紀 (やまじ かずのり)コーチ



大学時代、箱根駅伝名門の順天堂大学にて、選手として2年間箱根駅伝出場を目指したが、度重なる怪我で選手を引退。その後、2年間はチーム強化に貢献するため、駅伝監督の下で学生マネージャーを経験。

その後、その経験を評価され、JR東日本ランニングチームにてマネージャーとして採用。

3年間マネージャーとして活動後、コーチに就任。実業団選手の指導強化・スカウト活動に従事した。

現在は、その経験と知識をもとに、小学生から高校生までの学生選手や実業団選手、市民ランナーまで、幅広い層の指導に取り組んでいる。(全国各地にて、かけっこ教室やランニング教室を複数開催実績あり。)

他の指導者にはあまりない大学生時代という早い時期から選手目線ではなく、指導者目線で多くの選手指導に触れてきた経験と知識の強み、また、自分自身が怪我で選手を引退した経験から、怪我を 방지・強くなるためのトレーニングプランを日々模索し続けている指導スタイルで、「選手1人1人に合ったトレーニングプランで、その選手の1秒を大切に伸ばす!」を念頭に指導に取り組んでいる。

<主な資格>

日本体育協会陸上ジュニアコーチ免許/中高保健体育教員免許/荒川塾・認定スプリントコーチ認定。

<主な輩出選手実績・記録>

1500m：3分42秒71

5000m：13分32秒72

10000m：28分15秒02

ハーフマラソン：1時間1分46秒

マラソン：2時間9分21秒

日本陸上競技選手権大会上位入賞選手

各種ロードレース・マラソン大会優勝/上位入賞選手

(上尾ハーフ、甲佐10マイル、東京・福岡・長野・北海道・青梅・シカゴ・ゴールドコースト・ツインシティマラソン等)



【かけっこ教室に関するお問合せ先】
一般社団法人スポーツクラブ事務局：五十嵐・宮内

TEL：0555-28-7355

MAIL: info@fujizakura-sc.jp