

めざせ！ 運動会のヒーロー！！

小学生陸上教室

走る力・学ぶ力を伸ばそう！！



会 場：上水公園運動施設グランド

開催日：前期 4～6月 後期 7～9月 毎週火曜日 詳細は裏面

時 間：午後4時15分～午後5時30分

参加費：9,300円（前期・後期 各9回分）

募集人数：40名（申し込み多数の場合は抽選） *定員になりしだい募集を締め切ります。

申込受付期間：前期 2月15日～2月28日 後期 6月1日～6月13日

☆指導者 井原直樹氏（国際陸上連盟公認指導者資格レベル1、関東学生連盟指導者功労賞受賞、2012年ロンドン五輪に選手を輩出、「0.01」トップトレーナー）他

「0.01」とは…速く走るためのスプリント指導のプロフェッショナル集団
アテネオリンピック陸上4×400mリレー第3走者として決勝に出場し
4位入賞の伊藤友広氏が代表を務める

☆申込み方法 氏名(ふりがな)・性別・学校名・学年(新学年)
住所・電話番号・緊急時連絡先・保護者氏名を
明記のうえはがき、FAX、メールでお送りください。

伊藤友広氏は
当倶楽部の陸上教室の講師を長年務め
イベント「君の走りが進化する」や
市内小学校の特別授業などでも
指導いただいています

■申し込み・問い合わせは NPO法人 黄金井倶楽部 「陸上教室」係

〒184-0005 小金井市桜町2-2-31 上水公園運動施設管理棟内

*月～金 9～17時/第1月曜・祝日・夏季・年末年始休業

電 話 042(406)2280 FAX 042(406)2290

メール npo.koganei-club@jcom.home.ne.jp

ホームページは <http://koganei-club.com> 「黄金井倶楽部」で検索もできます



令和5年度 小学生陸上教室 開催日

＜上水公園グラウンド/火曜日 16:15～17:30＞

*感染症拡大の状況によっては時間変更あり

4 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

5 月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

6 月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	
		予備日				

7 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
31						

8 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9 月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
		予備日				

8/ 11～17 は事務局は夏休みです

14 前期教室開催日
14 後期教室開催日

4 グラウンド・事務局休場日

22 日曜・祝日

★ 当教室は上水公園運動施設グラウンドを使用して開催しています。

前期・後期各9回の開催予定ですが、

当日の雨天等で中止になったり、前日の大雨等でグラウンドが使用できない場合には予備日に振り替えて教室を開催します。

★ 毎年、市内・市外を問わず、小学1年生から6年生までのお子さんが参加しています。

★ ご不明な点、ご心配な点等ございましたら、お気軽に倶楽部までお問い合わせください。