

走る楽しさを知り、将来への夢と自信を育む。



キッズジョギング教室

1月～3月コース

子供たちは走ることを通じて大なり小なり自信を持ちます。そしてその自信がこれからの成長につながり、将来への希望となるのです。

中央公園では小学4～6年生を対象にジョギング(長距離)教室を開催いたします。共に競い、共に励まし合える仲間がいるだけで走る楽しさ倍増です。仲間と一緒に「マツヤマお城下りレーマラソン(小学生の部)」「えひめ5時間りレーマラソン(小・中学生の部)」などの大会出場を目指しましょう！

《対象》 小学4～6年生で運動しても健康上問題のない児童(保護者の方も練習にご参加頂けます)

《指導内容》 準備運動からランニングフォーム、ペース配分などのアドバイス、専門指導員と一緒に公園内の走り込みを行います。(子供さんにはいつまでも走ることを楽しくて欲しいと思っております。強制的に走るという方法ではなく、アドバイスという形で走る楽しさを指導していきたいと考えております。)

《日程》 平成31年1月16日(水)～3月6日(水)で下記の日程(8回コース)

	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目	8回目
日程	1/16(水)	1/23(水)	1/30(水)	2/6(水)	2/13(水)	2/20(水)	2/27(水)	3/6(水)
場所	スポーツフロア1畳	スポーツフロア2	スポーツフロア2	スポーツフロア2	スポーツフロア1畳	スポーツフロア2	スポーツフロア1畳	スポーツフロア2

《時間》 17:30～18:30

《会場》 松山中央公園施設(集合場所は日程表でご確認下さい)

《定員》 25名(応募多数の場合は抽選)

《準備物》 運動できる服装、シューズ、タオル、飲料水(ペットボトル等の蓋付き)

《参加費用》 4,000円(初回受講日にお納め下さい) ※大会参加時は別途エントリー料が必要となります。

《申込方法》 はがきもしくは松山中央公園にある所定の申込用紙に記入の上お申し込み下さい。

申込期間12月25日(火)必着。

〒790-0948 松山市市坪西町625-1

《問い合わせ》 松山中央公園管理事務所 TEL 089-965-3000

<キリトリ>

12/25(火)締切

《キッズジョギング教室》申し込み

30年4期

ふりがな				性別 (子供さん)	男・女
子供さん氏名					
郵便番号(〒)			どちらかに☑をご記入下さい	<input type="checkbox"/> 新規受講	<input type="checkbox"/> 継続(30年度参加あり)
住所					
電話番号			保護者携帯番号	(教室中に子供さんが体調を崩した時など、緊急時にご連絡させていただく連絡先)	
子供さん生年月日	20	年	月	日	子供さん年齢
学年			子供さん血液型	A・B・O・AB	
ふりがな					
保護者氏名					

【お知らせ】

- ※ 教室中は怪我のないよう十分注意してください。また応急手当は施設職員が行います。何かありましたら担当指導者にお知らせください。教室中での怪我の補償については下記の金額となります。
(財団加入保険・・・死亡 500 万円、入院 3,000 円、通院 2,000 円)
- ※ 本申込書に記載された個人情報については教室実施に必要な諸連絡、当財団主催事業の案内のため使用させていただき、お客様の許可なく他の目的には使用いたしません。当財団では、個人情報の収集・利用・管理について、公益財団法人松山市文化・スポーツ振興財団個人情報保護規程に基づき適正に取り扱います。
- ※ 主催者(公益財団法人 松山市文化・スポーツ振興財団)にて写真撮影を行い、広報として情報誌・ホームページ等に掲載する場合があります。また報道機関や主催者の許可した業者が撮影を行い、テレビ放映や新聞・雑誌・インターネット等に掲載される場合もあります。予めご了承ください。
《松山市文化・スポーツ振興財団 HP → 文化・スポーツ事業 → カルスポトレーナーズブログ》
- ※ 悪天候の場合教室参加者の往復途上の安全の為教室を中止いたします。中止の案内は教室開始の2時間より前に松山中央公園HPに掲載いたします。アドレス <http://www.cul-spo.or.jp/centralpark/>

●受講開始まで

- ・ 体調を調えましょう。体調が悪くなったり、都合で受講できなくなったら早めに下記までご連絡下さい。

●受講当日

《受付方法》

- ・ 受付で教室名とお名前を言っていただき受講料をお支払い下さい。(受付は教室開始時刻15分前から)
- ・ 体調が悪い場合はお休みして下さい。初回受付は2回目以降でかまいません。

《持ってくるもの》

初回

- ・ 受講料、運動できる服装、シューズ、タオル、飲料水(ペットボトル等の蓋付き)

2回目以降

- ・ 運動できる服装、シューズ、タオル、飲料水(ペットボトル等の蓋付き)

※ 都合により参加できなくなった方はお早めにご連絡下さい。

※ 日程は天候(警報等)や会場の都合等で変更になる場合があります。ご了承下さい。

※ 運動中は暑くなりますので、教室前から水分補給を行い、教室中もこまめな水分補給を心がけて下さい。また体調に気をつけてご自身で体調が悪い時は無理をしないようにして下さい。

※ 教室に関するお問合わせは中央公園管理事務所まで TEL 089-965-3000