

スクール名

走り方教室

日程 平成29年 11月5日～11月26日 日曜日

時間 午前・1年～3年生のクラス / 午後・4年～6年のクラス

場所 明和中学校 グラウンド 他

走り方教室 はじまりました♪



ストレッチは入念に！

↑紙コップを鳴らしてみよう！
(足をまっすぐ振り下ろすと“パーン”と音が鳴ります)



もも上げをしてみましょう♪



腕振りの練習です♪



上園芝生広場

50m走 タイムトライアル♪ →

