

スクール名

走り方教室

日 程 2019年11月9日～12月15日 土・日曜日(いづれか)

時 間 9時～12時

場 所 明和中学校グラウンド

走り方教室 始まりました♪



みんなでウォーミングアップ
中学生のお兄さんお姉さんも参加してくれました♪



音楽に合わせてウォーキング&ジョギング♪
BGMとして聞くのではなくリズムに合わせて
動きましょう！



3年生グループ

4～6年生グループ

2グループに分かれてトレーニング



最後にじゃんけん陣取りゲーム
みんな、いっぱい走りました！