



スポーツリズムトレーニング

陸上競技トレーニング

鈴鹿市陸上競技協会

日時

2025年12月13日(土)
9:00~12:00

場所

AGF 鈴鹿陸上競技場

スポーツリズムトレーニング講師



隈本 廣太(くまもと こうた)
&K 運動教室 代表
陸上競技元日本代表(110mH)

【資格】

ONASM-PESO
全米スポーツ医学協会
パフォーマンスを向上させるスペシャリスト
OSTAR 認定インストラクター○
一般社団法人スポーツリズムトレーニング協会
他

陸上競技トレーニング担当

鈴鹿市陸上競技協会 最強コーチ陣
指導力・指導実績は文句なし!!
鈴鹿市陸上競技協会が誇るコーチ陣が
あなたの可能性を引き出してくれます!!

【資格】※取得予定者も含む

JAAF 公認コーチ 3 (日本スポーツ協会)
JAAF 公認コーチ 1 (日本スポーツ協会)
JAAF 公認スタートコーチ(日本スポーツ協会)

<開講種目(予定)>

○中学生○
短距離・長距離・跳躍・砲丸投

○小学生○
専門種目は開講せず、
体の使い方や陸上競技の基礎となる動きを
“楽しく”をテーマに練習していきます。

参加費

500円

※保険料を含む

持ち物

シューズ・スパイク(ある人)
運動できる服装・飲料水

対象

中学校1~3年生
小学校5・6年生

申込方法

鈴鹿市陸上競技協会 HP より申込

定員

中学生 100名
小学生 50名

申込期間

2025年11月6日(木)より受付開始
※定員になり次第受付終了となります