

A-1アスリートキッズ

短距離走

かけっこ教室

4・5月クラス

誰でも速く走れる方法を伝授します！！

運動が苦手、走るのが苦手、もっと速く走りたい、どんなお子様でも足が速くなれる教室、**『A-1アスリートキッズ かけっこ教室』**を開講致します。
正しい知識で、目的に合ったトレーニングをすることで、練習効率が大きく上がります。初めての方も経験のある方も基礎から徹底的にご指導させていただきます。手足の連動を高めることが必要ですが、2ヶ月間のトレーニングにより誰でも習得できます。

走りにリズムを生み出すことで、**トップスピードに速く到達します。**お子様に合わせた走りのリズムを作り、正しい走り方と組み合わせることで、より速く走ることができます。

また、走りだけに留まらず、**他のスポーツに活かせる**身体の使い方や**トレーニング**も知ることができます。**高い指導力**で誰でも速く走れるようになることを証明します。

A-1では、体の力を効率良く無理なく使い、手と足の連動性を高めて速く走る**『二軸走法』**をご指導させていただきます。これは、**体の小さい日本人が世界と戦うために追及してきた『走り方』**です。また、この走り方は、陸上オリンピック選手はもちろん、プロ野球選手・プロサッカー選手もケガ防止やパフォーマンス向上のために取り入れています。その走り方を小学生用にアレンジをし立位姿勢（正しい立ち方）から、**楽しく練習し自然と身に付けられます。**絶対の自信を持って、この**『二軸走法』**をお子様にご伝授します。2ヶ月間7回のレッスンで、確実に成果がでるものになります。

是非、この機会に正しい走り方を身に付けませんか！？



日程：2021年4月・5月毎週土曜日（4/3,10,17,24 5/8,15,22）全7回

時間：14:30～15:30（1時間）

定員：15名

場所：A-1キッズスクール長泉 カルチャースタジオ

参加費：10,000円（税込）

対象：新小学校1年生～小学校6年生 ※会員以外（一般）も参加可能

申込み開始：令和3年3月1日（月）18:30～ ※当日は電話予約のみです

申込み締切：令和3年4月2日（金）

※申込み締切以降のキャンセルは、一部返金致しかねますのでご了承ください。

問い合わせ先：A-1キッズスクール長泉（TEL）055-980-5503 担当：松本



講師プロフィール

松本 拳(まつもと けん)

- ①静岡県御殿場西高校空手道部
- ②全国高校総体(インターハイ)3位
- ③日本体育大学 卒業
- ④A-1キッズスクール長泉
アスリートキッズ
体育スクール トップコーチ
- ⑤トップアスリートクラス コーチ
- ⑥体育個別指導 担当
- ⑦体育指導歴 6年
- ⑧2016年・2017年
田代式かけっこアカデミー
- ⑨2018年・2019年
A-1アスリートキッズかけっこ教室

