

# 【講習会】



## UACA Jr.短距離コーチから学ぶ トップスピードを上げる動き作りと練習



### 【概要】

指導した内容をその場で実践。正しい動きが出来ているか一人一人確認しますのでご安心ください！  
走るという動作は、誤った動きがあると速くならないばかりか怪我のリスクも高まりますので、  
当講座で基本動作を皆さんに習得していただきます！

#### 練習会月日

■1月14日18:00~20:00

■1月21日18:00~20:00

■1月28日16:00~20:00

#### 会場

新青森県総合運動公園陸上競技場室内陸上場

#### 会費

■UACA各会員→無料

■UACA非会員→500円/人

※2023年4月からの新事業のためにお試し(体験)価格で実施します。

※会費は現地にて徴収します。

#### 定員

15名

○コーチ:新山 公平

○資格:日本陸連公認ジュニアコーチ

○指導歴:6年目

■第34回全国小学生陸上競技交流大会 6年女子100m出場

■第7回東日本都道府県小学校陸上競技交流大会 女子走高跳4位入賞

■第48回全日本中学校陸上競技選手権大会 4×100mリレー出場

■第42回東北中学校陸上競技大会 女子4×100mリレー優勝 100m

■上記大会 女子3年100m7位入賞

■第43回東北中学校陸上競技大会 女子四種競技7位入賞

■JOCジュニアオリンピック第52回U16陸上競技大会 女子150m出場

■第77回東北高校陸上競技大会 女子400m6位入賞

■第75回全校高校陸上競技選手権 女子400m出場

※その他、多数県大会等優勝・入賞者を輩出。

### 【お問い合わせ】

担当:新山(にいやま)

☎ :090-6627-2185

✉ :united.athlete.club.aomori2014@gmail.com

### 【クラブHP】



### 【体験申し込み】

