

参加無料

親子ではじめての

親子で
挑戦!

ランニング チャレンジ

2020/
(荒天時中止) **10/18日** 受付 9:30~
10:00
12:00

金沢市営陸上競技場

対象 親子 (小学生以上)
子どもだけの参加はできません

定員 親子50組 (100名)
定員に達し次第締め切ります

10:00~10:30

親子で体操

ACP(アクティブ・チャイルド・プログラム)を用いて親子で体操ゲームを行います。



11:40~11:55

100人で コーチと対戦

親子100人で
バトンをつないでコーチと競走。
ランニングドリルの成果を発揮しよう!!



10:40~11:30

ランニング ドリル

トラックに設置された
「ラダー」「ミニハードル」「コーン」等の
エリアを正確に走り抜けます。



ラダー

縄ばしごのような
トレーニング器具。
マス目にそって素早く
正確に進むことによって
敏捷性、バランス能力を鍛えます。



ミニ
ハードル

高さ10cmぐらいの小さいハードル。
やわらかい素材なのでつまづいても安心。

コーンを左右に避けながら進みます。
重心移動を意識すると速く動けます。



コーン

申し込み
方法

申し込みフォームから
お申し込みください。

申し込み後、メールでご連絡いたします。
メールの返信があって申し込み受付完了となります。

参加申し込み
フォーム



申し込み
期間

2020/
10/14水まで

※イベント中におきたケガ等の応急処置は主催者側が行いますが、以降の責任は負いません。 ※本イベントで撮影された写真や動画などの肖像権は主催者に帰属します。
※当日は運動しやすい服装、運動シューズでご参加ください。また、タオル・着替え・ドリンク等必要に応じてご持参ください。
※当日はスタッフによる検温があります。体調不良がみうけられる方、37.5℃以上ある方は参加をご遠慮いただく場合があります。
※会場内に手荷物の預かり所はありません。貴重品は各自で管理ください。 ※荒天時で中止の場合のみ当日7:00にホームページにて通知いたします。 <http://kanazawa-ssc.jp>

主催：NPO 法人かなざわ総合スポーツクラブ 後援：北國新聞社

アクティブ・チャイルド・プログラム (ACP) を活用した運動遊び促進事業

お問い合わせ NPO 法人かなざわ総合スポーツクラブ TEL:076-287-3789 (平日 9:00~16:00) 〒921-8022 金沢市中村町 26-43-2F