



# 名古屋グランパス 陸上スクール

# 生徒募集中!

## 「グラ陸」キッズ運動能力向上プロジェクト始動!

### 愛知県小5男児の体力が2年連続全国ワースト1!?

スポーツ庁が発表した平成27年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査(全国体力テスト)」で、男子ワースト1は愛知県(2年連続)、女子もワースト3位という結果になっていることをご存知ですか?

名古屋グランパス陸上スクールでは、子どもたちの健康的な発育・発達のためにこの状況を何とかしたいと、キッズ運動能力向上プロジェクトを始動させました。

意識するポイントさえつかめば覚えるのが早い子どもたち。走りの違いを体感して、「やればできる」、「またやってみたい」と子どもたちのやる気を伸ばすことがねらいの1つ。かけっこを通じて身体を動かすことの楽しさを知ってもらいたい。子どもたちの運動能力を高め、スポーツで子どもたちを元気にする企画です。

#### 陸上スクール

「走る・跳ぶ・投げる」の多くのスポーツに必要な運動のコツを身につけられる。毎週水曜日に実施。

#### 陸上測定会

定期的に行っている測定会。スクールで身につけた運動のコツを活かして、記録にチャレンジしよう。

#### 親子かけっこ教室

夏休みに開催している親子参加型の教室。親子で楽しく学び、パフォーマンスを向上させよう。



## 「できる!」を重ねて、キミは今よりもっと大きくなる!

第1歩を踏み出すキミを、アテネ五輪陸上日本代表中田有紀選手と経験豊富な陸上専門のコーチが全力で応援します。トップ選手が試行錯誤しながら得てきたエッセンス満載の「動きづくり」は、お子様が本来持っている「バランス」を活かし、自由に身体を扱えるようになることを目指しています。これから先、スポーツを続けていきたいお子様にぜひ取り組んでいただきたいプログラムです。

すべてのスポーツに生きる「しなやかでロスのない動き」が身につく

運動が苦手な子でも無理なくできる

自然な動作が身について、かけっこが速くなる

怪我の予防につながる

目標に向かって、コツコツ取り組む力を養う

#### [陸上スクール概要]

会場	トヨタスポーツセンター 陸上競技場/豊田スタジアム 等	
開催日	毎週水曜日(週1回)	
対象年齢	小1~小3	小4~小6
人数	30名	20名
時間	17:30~18:30	
会費 (税込)	入会費	5,400円 (入会時のみ・グランパススクール在校生は無料)
	年会費	10,800円 (1回/年・グランパススクール在校生は半額)
	月会費	通常コース 6,480円(月) トヨタSCコース 4,320円(月) 豊田スタジアムコース 4,320円(月)

#### [指導者]



**中田有紀 選手** なかた・ゆき/1977年生まれ。走り幅跳びややり投げなど七つの競技を行う「七種競技」の選手(日本保育サービス所属)。日本記録保持者。日本選手権で2002年から9連覇と、七種競技では異例ともいえる長期間にわたって女王の座に君臨。04年アテネ五輪では歴史的な初出場を果たし、世界陸上にも2度出場。近年では、競技活動の傍ら子供向けの陸上イベントを催す等指導や普及にも熱心に取り組む。混成女子のシンボリックな存在だ。ベスト記録は以下。100mハードル13秒75、走高跳1m76、砲丸投12m22、200m24秒74、走幅跳6m30、やり投47m51、800m2分17秒61。

#### 私も子どもの頃に知っておきたかった

プレーの「スピード」や「うまさ」は、「身体の扱い方」とイコールです。走り方は、一旦変な癖がついてしまうと、あとからそれを修正するには時間がたてばたつほど苦労します。私が小学生年代の「動きづくり」にこだわる理由はここにあります。運動には、コツがあります。私たちと一緒にしっかり丁寧に取り組めば、運動が得意な子も苦手な子も、みんな「よくなる瞬間」を経験することができます。「昨日よりも成長した」という自信、これを子どもたち自身の手で掴んでもらいたいと思っています。

# 無料体験入校受付中!

申込みはこちらから

TEL 0561-36-4455  
(火~金10:00~18:00受付 ※祝日を除く)

