

# 2026 ランニングスキルアップ教室

～体力を高めたい子、もっと速く走れるようになりたい子、あつまれ！～

期 日 第1回 2026年5月24日(日) ※雨天中止  
第2回 2026年5月31日(日) ※雨天中止  
※第3回は、2027年1月に予定【別途募集します】

場 所 あいち健康の森公園内、いのちの池周辺

時 間 9時00分～11時15分(受付:8時45分～)

コース等 あいち健康の森公園内、いのちの池周辺

内 容 **愛知駅伝東浦町チームコーチによるランニングスキルアップ教室**

- ・長距離走の走り方の基本
  - ・ドリル運動、トレーニングのしかた
  - ・ゲームリレー など
- ※年齢や体力に応じて、グループに分かれて活動します



参加費 無 料

募集対象 町内小中学生(定員なし)

2025年12月6日、第18回愛知駅伝  
町村の部にて、東浦町チーム第3位!!東浦  
チームのコーチは、町内小中学校の先生や  
陸上競技の専門家です!この機会にぜひた  
くさんのことを学んでくださいね!

申し込み 右記二次元コードの町HPから「あいち電子申請・届出システム」にて申し込み



申込期間 5月17日(日)まで

町HP二次元コード

持ち物 運動のできる服装、タオル、水分(多め)、帽子(あれば)



その他

- ・天候により中止となる場合は、当日8時頃までに右記愛知駅伝ひがしうらチームHPにアップしますので、ご確認ください。
- ・参加者の傷害等については、応急処置及び、町の保険の適用範囲内で対処します。

愛知駅伝東浦町チーム  
HP二次元コード

**集合場所(受付)**

いのちの池北側の  
芝生広場

いのちの池  
周辺地図



問い合わせ先(メディアス体育館ひがしうら内) 学び支援課 TEL 0562-83-8333)