

2025 ランニングスキルアップ教室

～体力を高めたい子、もっと早く走れるようになりたい子、あつまれ！～

期　　日　　第3回 2026年1月31日（土）※雨天中止

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

令和7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
ひたくさんのこと学んでくださいね！

募集対象　　町内小中学生（定員なし）



申しこみ　　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

町HP 二次元コード

申込期間　　2026年1月23日（金）まで



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　担当：村井　83-8333）