

米子市 キッズトライアスロン教室



【開催日時】 令和5年11月18日(土)・11月19日(日)

【開催場所】 米子市皆生市民プール、皆生プレイパーク

【参加費】 無料

【対象】 小学1～6年生(※クロールで5～10m程度泳げて、自転車に乗れる方)

【定員】 先着30名

指導者 小原 工

2000年シドニーオリンピック トライアスロン競技日本代表
トライアスロンチームエフォーツコーチ

お問い合わせ先 特定非営利活動法人 皆生スポーツアカデミー
(電話 090-9501-0091)

令和5年度米子市キッズトライアスロン教室実施要項

日本トライアスロンの聖地、鳥取県米子市から未来のトライアスリートを育成するキッズトライアスロン教室を開催いたします。対象は小学1年生から6年生までです。この年代はプレゴールデンエイジ・ゴールデンエイジと呼ばれ、遊びを通して様々な動作を経験することで俊敏性、柔軟性、平衡性、巧緻性などの運動能力が特に向上する年代です。小学1年生以上で以下の対象となるお子さんでしたら、どなたでも参加できますのでぜひこの機会に運動能力向上と体を動かすことを楽しむことを目的にご参加いただけたらと思います。

【主催】 米子市

【主管】 特定非営利活動法人皆生スポーツアカデミー

【協力】 鳥取県トライアスロン協会

【指導者】 小原 工・小原 千絵（トライアスロンチームエフォーツコーチ）

【開催日時】 令和5年11月18日（土）・11月19日（日）

【開催場所】 スイム：米子市皆生市民プール、バイク・ラン：皆生プレイパーク

【対象】 小学1～6年生（※クローラで5～10m程度泳げて自転車に乗れるお子さん）

【参加人数】 先着 30名

【参加費】 無料

【持ち物】 スポーツのできる服装・走れるシューズ・自転車・ヘルメット・水着一式・飲み物・手袋・着替え・マスク

【日程】 11月18日（土）

13:00 集合・開式（皆生プレイパーク）※雨天の場合：皆生プール体育館
 13:10～ アイスブレイク・体操・動的ストレッチ、遊び感覚運動、動き作り
 13:30～14:30 スイム練習
 14:45～15:15 遊び感覚の運動、様々な動き作り
 15:15～16:15 バイク・ラン練習
 16:20～16:30 ストレッチ・閉式

11月19日（日）

13:00 皆生プレイパーク集合、体操・動的ストレッチ
 13:10～13:40 様々な動き作り
 13:40～14:30 バイク・ラン練習
 14:30～15:45 デュアスロン練習
 16:00 閉式 終了
 ※天候によって変更する場合があります

【感染対策】 練習前に検温、消毒をしていただきます。

【申込方法】 参加申込書に必要事項（氏名・年齢・性別・住所・連絡先・生年月日・競技歴、小学校名、学年等）を記入の上、件名に「キッズトライアスロン教室申込」とし、メール又はFAXにてお申込ください

【申込期限】 令和5年11月14日（火）

【申込・問合せ先】 皆生スポーツアカデミー
 メール tchey-obara@kzd.biglobe.ne.jp 電話 090-9501-0091
 FAX 0859-21-1445

切り取らずにそのままお送りください

参加希望日	<input type="checkbox"/> 両日参加します <input type="checkbox"/> 11月18日（土）のみ参加 <input type="checkbox"/> 11月19日（日）のみ参加		
氏名	フリガナ	性別	男 ・ 女
住所	〒	生年月日	年 月 日 () 才 ※当日の満年齢
緊急連絡先	電話番号： Eメール：	競技歴等	
学校名	小学校	学年	年