



初速が速くなる！

# ダントツ スピード講座

かっこよく走りたい！  
速く走れるようになりたい！  
一瞬のスピードを速くしたい！

## 【講義内容】

- 走るフォーム」のレクチャー
- 「初速を上げる」トレーニング  
などなど！！

日時→ 8月3日 (水)

18:30~19:30 小学1年生~4年生

19:45~20:45 小学5年生~高校生

定員→ 各20名程度

料金→ 4,400円

場所→ 南陽協働センター



講師：阿久津 洋介（あくつ ようすけ）

国際武道大学大学院を修了後、大学施設でのアスレティックリハビリテーションや、大学・専門学校にて学生の指導・教育に従事。スポーツに関わる様々な資格を持っている。

【阿久津先生のサポート選手】

三笥薫選手（ユニオン・サンジロワーズ/ベルギー）

家長昭博選手（川崎フロンターレ）

酒井高德選手（ヴィッセル神戸）

鈴木彩艶選手（浦和レッズ）

などなど