

伊那アスリートクラブ 冬季練習生 & クラブからリレー出場を目指すメンバー募集!

伊那アスリートクラブでは、～走る・跳ぶ・投げる～ など、陸上競技全般の適切な指導を受け、総合的な体力づくりを目的に活動しています。初心者から、本格的に大会に出場したい方まで幅広く募集中です。

- ◇ 来春の記録を伸ばすには、**冬期間のトレーニングが重要!**
でも、日が短くなり練習環境を確保するのが大変・・・
- ◇ 冬場に体力をつけたい! 目標をもって達成する力を高めたい!
- ◇ リレーに出場したいけど学校からだメンバーが足りない・・・
- ◇ 来年度中体連などにクラブから出場しリレーで全国大会を目指したい!!



伊那アスリートクラブでは、冬期間の練習場所確保とコーチ指導の体制を整えております。参加希望や問い合わせは下記連絡先までお気軽にお問い合わせをお願いします

- 期 間 : 令和6年12月～令和7年2月
- 練習場所 : 平日(火・木) 伊那市屋内運動場 18:00～20:00
土日 伊那市陸上競技場、富士塚運動公園等 午前中※変更の場合あり
- 練習生
対象者 : 中学生、高校生
目的 : 部活動に所属しながら、高度な技術練習の機会を提供
練習日 : 平日(火・木) 18:00～20:00 及び 土・日の練習可能な日
- 選手クラス
対象者 : 小学校5年生以上、中学生
目的 : 競技者・選手を目指した基本的な動きの習得・専門プログラムの実施
練習日 : 毎週土・日を中心に週2回の練習 (選手クラスは+火・木等)
(希望者は平日夜の練習も可能)

その他 小学3年生以上の教室クラス、小学4年生以上対象の育成クラス等あり

◎ 指導者	《所有資格》
笠川 真一 氏	健康運動指導士、日本スポーツ協会公認 スポーツプログラマー ジュニアスポーツ指導員、総合型地域スポーツクラブマネージャー 日本ランニング学会認定指導員 日本スポーツ協会・日本陸上競技連盟 陸上競技指導員

- 必要費用 : 練習生 : 3ヶ月 1,000 円
育成・選手クラス : 年会費 3,000 円
※別途施設使用料、競技大会参加費等あり

- 見学・体験希望 連絡先
メール : ina.ac.rikujou@gmail.com
※見学、体験申込、ご不明な点等お気軽にご連絡ください

•Instagram



@INA_AC2022



•伊那 AC HP : <https://inaasu.com>