

放課後アスリートクラブ(HAC)を始めます

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となった水泳大会、陸上競技大会に代わり、高学年の運動機会の提供と、運動意欲・体力の向上を図ります。みんなで運動の楽しさを味わいながら体力と技能を高めていきます。応援をよろしくお願いします。

集まれアスリート!! 放課後 アスリートクラブ

放課後、みんなで運動しよう！

★短～長距離走

★立ち幅跳び・走り幅跳び

★筋力トレーニング

★ストレッチ など・・・

9/24(木)から、毎週火・木曜日

15：10～15：40(30分間)

○希望者は担任の先生まで同意書を出してください。

○途中からの参加も受け付けます！