

今の自分を超越するために!

中長距離ランナー育成講座

陸上「中長距離」の競技力アップを目指した講座です!



●実施場所

ワークスタッフ陸上競技場(徳島市陸上競技場)
住所:徳島市南田宮2丁目116番地の2

●開講日時(全10回)

令和4年 ・1/12 ・1/19 ・1/26
・2/ 2 ・2/ 9 ・2/16
・3/ 2 ・3/ 9 ・3/16 ・3/23

(毎週水曜日)16:45~18:15

※天候等により日程が変更になる場合があります

●定員

20名程度(先着順となります)

●受講料金

6,500円(全10回コース)

●参加対象

小学5年生 ~ 中学3年生の男女

小学生(男女共通) 1000m 3分45秒程度
中学生(男子) 1500m 5分20秒程度
(女子) 1500m 5分40秒程度

の走力を有するもの(非公認タイムでも可)
※陸上未経験の方も参加OK!

●指導スタッフ

【経歴】

海部川風流マラソン2017 優勝

とくしまマラソン
2018~2019 2位

徳島県陸上競技選手権3000SC
2016~2021 優勝



松本 匠

四国陸上競技選手権3000SC
2016~2018 2位

※(その他講師) 徳島大学陸上部長距離部員



お問合せ・申込み方法は...

徳島市B&G海洋センターへお電話(088-662-4535)または
公社ホームページで!



