

## 令和3年度陸上教室開催要項

- (1) 目的 陸上初心者が、「走る、投げる、跳ぶ」の陸上の基礎を体験し、基本的なフォームや体の動かし方などを学び、陸上競技を楽しむ。
- (2) 対象者 身体障害者・知的障害者（中学生以上）  
※高校生以下は保護者同伴のこと
- (3) 定員 10名（定員を超えた場合抽選）
- (4) 期間 令和3年5月7日、14日、21日  
全3回 18:30～20:00
- (5) 場所 下関市障害者スポーツセンター
- (6) 指導 下関市障害者スポーツセンター体育指導員・障がい者スポーツ指導者
- (7) 内容 陸上競技（トラック、投てき、跳躍）の初心者向け体験教室
- (8) 協力 下関スポーツボランティアの会『Blue Cupids』
- (9) 参加料 無料（保険料は主催者負担）
- (10) 服装等 運動のできる服装・屋内シューズ等
- ※ 申し込み方法 ① 直接スポーツセンターに申し込む  
② 申込書を郵送またはFAXで申し込む  
③ 申込書をメール添付し申し込む  
④ ホームページの申し込みフォームより申し込む
- (11) 締切 令和3年4月30日（金）必着