

走り方のコツをみつけよう!

1レッスンから小学生・中学生なら誰でも参加可能

岡山県総合グラウンド 補助陸上競技場前 集合

開催日

- 小学生A 水曜日(月3回) 18:00~19:00
- 小学生B 木曜日(月3回) 18:00~19:00
- 中学・高校生 水曜日(月3回) 18:00~20:00

申込先 ☎086-236-7781

ハルモニア
陸上アカデミー - Harmonia

陸上アカデミー一生大募集

オリンピック選手を育てた長谷川コーチと世界を目指そう!

トレーナー

長谷川 昌弘

はせがわ まさひろ



昭和63年に広島大学教育学部を卒業後、24年間、高校の体育教師を務める。平成31年3月に退職し、陸上競技プロコーチとして活動する。

玉野光南高校では、4人のインターハイチャンピオンを輩出し、平成18年度大阪インターハイでは男子学校対校8位、平成21年度奈良インターハイでは男子学校対校優勝を成し遂げた。

2020東京オリンピック400mHに出場した安部孝駿(ヤマダ電機)のパーソナルコーチを令和元年から2年間し、怪我から復活させ、世界の舞台で戦えるように指導した。

「体の使い方・力の出し方」を手作り道具などを使って、陸上競技選手だけでなく、パラカヌー選手やサッカーチームにも指導している。

ジャパンライム株式会社より指導DVD『道具』を使ったアイデアトレーニングが発売される。(2017年3月)

株式会社ニシ・スポーツより、重心が接地脚に乗り込む感覚を養うトレーニング道具「ステップオンフレキ」の監修を任される。(2016年4月)

日本スポーツ協会公認の「陸上競技コーチ4」の資格を有する。

1レッスンのみ料金プラン

料金 税込 入会金無し・2200円 / 1レッスン

月謝料金プラン

入会金 5500円
税込 入会時、オリジナルTシャツプレゼント

月謝 原則月3回参加 小学生 5500円
税込 中学生 7700円
高校生
競技場の使用料金・駐車場利用料金は各自でご負担ください。

スケジュール

- 小学生A 水曜日(月3回) 18:00~19:00
- 小学生B 木曜日(月3回) 18:00~19:00
- 中学・高校生 水曜日(月3回) 18:00~20:00

服装

運動ができる服装、運動靴 (スパイクをお持ちの方は持参してください)
☆水分補給は各自でご準備ください

定員

各クラス20名

場所

岡山県総合グラウンド補助陸上競技場前

お問い合わせ先

☎086-236-7781

株式会社山下体育社
岡山市北区平田117-109
HP <https://ymt-taiiku.jp>

