

駒沢ジュニア ラグビースクール 参加者募集!



クラス	時間	参加費
小学3・4年生クラス 小学5・6年生クラス	16:50~18:30(100分)	6,110円 (税込・全5回分)

<指導者>

富岡 鉄平さん 元ラグビー日本代表／元東芝ブレイブルーパス主将・監督

<指導内容>

- 1回目：パス・キャッチ… 良いキャッチをすることが良いパスへの近道です。パス・キャッチの基本技術を練習します。
- 2回目：パス・キャッチ… 短い距離のパスと長い距離のパスでは投げ方が変わります。パスはポジションに関係なく必要な技術です。短い距離のパス、長い距離のパスを練習し、技術を習得しましょう!
- 3回目：ステップ…………… 1対1の場面で有効な技術です。ステップの基本から応用までを練習します。
- 4回目：キック…………… ラグビーワールドカップ日本大会ではFWの選手がキックを蹴る場面が多く見られました。FWの選手も是非この機会に技術を習得し、プレーの引き出しを増やしましょう!
- 5回目：復習…………… これまでに練習した内容を復習します。(パス・キャッチ・ステップ・キック)

全5回の練習ではウォーミングアップでコーディネーショントレーニングを実施します。

※コーディネーショントレーニングとは、神経が著しく発達する幼児から小学生の期間に多様な動きを作る運動(あそび)をする事により、スポーツをする時に必要な神経系統が刺激され、頭と身体の運動性が高まり、運動能力の向上につながります。

★新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、プログラムは接触プレーを避けた内容としております。★

◆日 程◆

2020年7月1日、8日、15日、22日、29日(毎週水曜日 全5回)

◆時 間◆

16:50から18:30まで

◆会 場◆

駒沢オリンピック公園総合運動場 軟式野球場

◆クラス/定員◆

- ①小学3・4年生 30名程度
- ②小学5・6年生 30名程度

◆持ち物◆

運動のできる服装、ヘッドガード、運動靴(スパイク可)
着替え、飲み物

◆参加費◆

6,110円(全5回分・税込)

◆ご確認ください◆

- 天候によっては会場を変更して実施する場合があります。変更ができない場合には中止となる場合があります。
- 個人情報保護に関して…お申込み時に取得いたします個人情報はスマイルスポーツ教室案内、各種アンケート、サービス提供及び教室の実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。利用目的に同意の上申してください。個人情報に関する各種問合せは当事業団ホームページ「個人情報の取扱いについて」を参照ください。

お申込み・お問合せ先

NPO法人MIPスポーツ・プロジェクト

TEL 03-5809-5735 (受付時間 平日10時~19時)

FAX 03-5809-5888

MAIL mip@mip-sports.com (担当/梅月)

以下の内容をご連絡ください。

- ①氏名(フリガナ) ②性別 ③学年 ④希望クラス
- ⑤学校名・所属チーム ⑥保護者氏名 ⑦緊急連絡先 ⑧住所
- ⑨電話番号・FAX番号 ⑩メールアドレス ⑪知ったきっかけ

※定員に達した場合は先着順といたします。