

# 子ども走り方(かけっこ) 教室

この講座では、準備運動の仕方から走る姿勢、瞬発力をつけるトレーニング方法など、走り方のコツを楽しく学ぶことができます。

走り方で悩んでいる、走りが苦手、もっと速く走りたい、そんな小学生の参加を待っています。

☆日時：10月23日、30日、11月6日（毎日曜日）  
10:00～11:30（全3回）

☆場所：植木文化センター  
多目的ホール及び東側広場

☆対象者：小学生 20人

☆講師：NPO法人u&uN スポ植木より

☆申込み締切：10月12日（水）



参加費:無料

※申込み多数の場合は、抽選になります。

※受講に際し、公民館で配慮が必要な場合には、遠慮なくご相談ください。

## 申込方法

①文化センター窓口  
63円の郵便はがき一人1枚ご持参ください。  
(表面に、申込者の住所・氏名を記入)

②往復はがき(締切日必着)(126円)  
返信表面：住所・氏名  
返信裏面：講座名・住所・氏名・学校名・学年・電話番号

③インターネット  
熊本市HP→「植木公民館」で検索→「主催講座案内」から申込み

## 申込み及び問合せ先

〒861-0136

熊本市北区植木町岩野238-1 TEL (096) 272-6906

植木まちづくりセンター・植木公民館 (植木文化センター内)