

## 平成23年度 広島大学スポーツ系課外活動団体支援事業報告書

団体名 : 広島大学体育会陸上競技部

事業名 : 小学生のための陸上競技教室

開催日時 : 平成23年11月9日～12月14日の10日, 毎回16:00～18:00

開催場所 : 東広島市立三ツ城小学校

参加者(相手先) : 東広島市内在住小学生25人

参加人数(本学学生) : 3人

内容 : 例1) ジョギング 400m  
体操・ストレッチ  
ネコとネズミ×10回  
ミニハードル 10台×5種目  
40m エンドレスリレー(各自5回)

例2) ジョギング 400m  
体操・ストレッチ  
ケイドロ(警察と泥棒)15分程度  
ラダートレーニング 10種目×各2回  
50m 競走×2回  
50m ハードル走×2～3回

写真 :

