

パラ陸上体験会・練習会 in 千葉

11月26日(日)開催

当日の流れ

●AM(初心者向け陸上体験練習)

- 9:30- 受付
- 10:00- 立位・車いす分かれての体験練習
- ★立位:ランニングフォーム改善・速く走るコツについて
- ★車いす:ビギナー向けレーサー体験可
- 11:30 終了予定

●PM(陸上経験者向け練習)

- 12:30- 受付
- 13:00- 立位・車いす分かれての練習
- ★立位:冬季トレーニングのプログラム(VBT等)紹介
- ★車いす:トラックを利用したトレーニング
- 15:00 終了予定

●講師



【立位】

- ・下稲葉 耕己(左)
one's Para Athlete Club代表
ロンドンパラ競技アシスタント,東京パラ知的障害強化ディレクター
- ・one's Para Athlete Club コーチ陣 他
- ★現役の日本代表強化指定選手らが見本等を実施します

【車いす】

- ・寒河江 核(右)
特定非営利活動法人関東パラ陸上競技協会運営委員
ATOM RACING TEAM代表



エントリーフォーム



運営

主催：特定非営利活動法人関東パラ陸上競技協会
協力：(一社)千葉県障がい者スポーツ協会
one's Para Athlete Club
ATOM RACING TEAM

募集対象

障害をお持ちの方：
身体障害者手帳および療育手帳保持者
言語指示を理解し、集団行動に支障のない方
中学生以下の参加希望者は原則要保護者送迎
健常者の方：
陸上競技愛好者(中高生、市民ランナー、競技者どなたでも)
障がい者スポーツに興味がある方

場所

千葉県総合スポーツセンター 陸上競技場

申込期間

令和5年10月10日(火)～11月15日(水)

この事業は『千葉県障害者スポーツ競技団体支援事業』の一環です。障がいの有無に関わらず陸上競技を体験する機会を提供することにより、障がい者スポーツの魅力を発信するとともに、障がいのある人の理解を促進し、障がい者スポーツの振興を図ることを目的としています。