

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】

・下稻葉 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

2023関東パラ陸協体験・練習会in千葉
東パラ陸協体験・練習会in千葉 2023開催
体験・練習会in千葉 2023開催



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



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



千葉県総合スポーツセンター 陸上競技場



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。