

## トップアスリート教室 第 1 回目 杉本龍勇

### 「もっと速く走れるようになる！正しい走り方教室」の開催

#### ■内容・目的

もっと速く走れるようになりたい小学生とその保護者 50 組を対象に、元バルセロナオリンピック陸上 400m リレー 6 位、日本の元トップスプリンター杉本龍勇先生（現法政大学経済学部教授）をお招きし、正しい走り方教室を実施します。

肩、腕や股関節など各関節を意識した動作を丁寧に解説、走り方のフォームを一から見直すことができます。一流の知識・技術に触れることにより、スポーツをする楽しみに繋げるとともに、基本的な「走る」という動作について正しい知識を得てもらい、子ども達の走力向上を図ります。

#### ■開催日時・場所・対象

日時 平成 29 年 9 月 30 日（土） 午前 10 時～正午

場所 沼津市立第五小学校 運動場（雨天の場合、体育館）

対象 もっと速く走れるようになりたい市内小学生とその保護者 50 組

#### ■講師

杉本 龍勇（すぎもと たつお）

法政大学 経済学部教授。沼津市出身。元陸上選手（100m、200m）。全国高校総体（1988）100・200m優勝、全日本大学対抗選手権大会（1989・1991・1992）100m 優勝、ドイツ選手権大会（1990）100m 優勝、バルセロナオリンピック 100m 出場、400m リレー 6 位入賞。その他各種大会に出場し、スプリンターとして輝かしい経歴を持つ。指導者としてもサッカーJリーグ清水エスパルスのフィジカルコーチ、岡崎慎司選手の専属コーチを務めるなど、多くの指導歴を持つ。

#### ■参加費

1 人 50 円（保険料）

#### ■トップアスリート教室について

沼津市にゆかりのあるトップアスリートをお招きし、各種教室を実施いたします（全 4 回予定）。次回の教室は、競泳女子で五輪 2 大会連続出場を果たし、ロンドンでは 400m リレー 7 位、リオでは 400m リレー 8 位入賞された、沼津市出身、松本弥生（まつもとやよい）選手による水泳教室を行います。（11 月 26 日実施予定）

#### ■問合せ先

沼津市教育委員会事務局 スポーツ振興課 振興指導係

電話 055-922-7205

E-mail sports@city.numazu.lg.jp

