

可能性あるすべてのアスリートと
夢を追う子どもたちのために



さっぽろ・アスレティクスアカデミー 受講生募集

【高野 進 監修指導カリキュラム】

SPAAでは、陸上400m走にて3回のオリンピックに出場した、高野進監修プログラムを実施致します。トップアスリートを育て上げた高野進の走理論に基づいた、早く走るための方法を学びます。

人類が歩んできた道筋や人の成長過程から運動を捉え、「走る、跳ぶ、投げる」運動を柱として、すべてのスポーツに通じる基礎運動教室を実施していきます。体を動かすことの素晴らしさを体感していただきたいと願っております。

□代表□

高野 進

東海大学体育学部 教授
東海大学陸上競技部短距離コーチ
NPO法人日本ランニング振興機構理事長
日本陸上競技連盟理事・強化委員長
日本スプリント学会会長
400m走日本記録保持者
モットー：Positive-Nonresistance
(肯定的な無抵抗)



■ スクール概要 ■ 《中学生コース新設!》

クラス名	さっぽろ・アスレティクスアカデミー 「ジュニアコース」 「中学生コース」			具体運動(例)
コース名	小学3・4年生	小学5・6年生	中学1～3年生	
定員	15名	15名	10名	◆走運動・跳運動・投運動の基礎と応用 ◆基本姿勢の作り方 ◆体幹バランス運動 ◆踏み込み動作 ◆挟み込み運動 ◆ピッチコントロール運動 ◆四肢運動走法の基礎・応用 ◆スプリント系 ◆ジャンプ系
実施期間	平成23年5月11日(水)～平成24年3月14日(水) 【曜日】水曜日 【時間】午後5時30分～午後7時30分 【回数】全40回			
実施会場	札幌市スポーツ交流施設(つどーむ)、円山競技場、近隣小学校グラウンド他 ※イベントや大会などで使用できない場合は、近隣小学校を利用予定です。			
受講料	年3回の分割払い可能。(年間80,000円)※途中受講の場合はお問い合わせ下さい。			
申込期間	随時受付中です!(定員になり次第、終了致します。)			

- 主催■ 財団法人さっぽろ健康スポーツ財団
NPO法人日本ランニング振興機構
- 後援■ 札幌市 札幌市教育委員会
北海道陸上競技協会 札幌陸上競技協会



お問い合わせ・お申込みは

つどーむ(札幌市スポーツ交流施設)

☎ (011)784-2106

<http://www.shsfjp/spaa/index.html>

札幌市東区栄町885番地 1



財団法人さっぽろ健康スポーツ財団

お申込みについて

1 SPAA申込受付

●申込期間
平成23年4月12日(火)
～4月25日(月)

つどーむへお電話か
直接窓口にて
お申込みください。

つどーむ電話
(011) 784-2106

2 抽選及び受講料納入

申込多数時は抽選と
なります。

●納入期間
平成23年4月27日(水)
～5月11日(水) 初回当日

※受講料は分割払いか一括
払いのどちらかの選択と
なります。

3 5月11日(水)

開講式

ティーチングスタッフ



高野 進
総合監督・特別指導



広川 龍太郎
東海大学北海道
陸上競技部監督



山内 隆行



三浦 学



山崎 夏織

そのほか、
強豪の東海大学北海道陸上
競技部の学生スタッフが
指導にあたります。

主な学習のねらい

高野進が提案する四肢同調・なんば走りなど、ランニング理論の基礎を習得。
ゲームを通じてお互いに協力し合いながら、競争していくことを学ぶ。
イレギュラーな動きを行い、器用性を身に付ける。

教室風景



レクリエーションプログラム

普段のスクールのとは別に、夏・冬の
2回、アウトドアスポーツ体験を通じ
て自然と触れ合い、仲間とのコミュニ
ケーション能力を養成し、他人に対す
る思いやりやさまざまな価値観を認め
合う、豊かな心を育てます。
※天候等により中止となる場合ござ
います。

■ 夏休みレクリエーション



■ 冬休みレクリエーション

