

## 平成27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 : 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27年9月～11月の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30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:

