# 久喜友誠館2020

埼玉県久喜市、宮代町を中心に活動するスポーツクラブで、小学生・中学生 を対象に陸上クラブ、体幹教室などを行っています。

#### 子供の習い事はいつから始める?

友誠館では、運動神経を伸ばす黄金期といわれるプレゴールデンエイジ(3  $\sim 8$  歳ごろ)・ゴールデンエイジ( $9 \sim 1$  2 歳)の子供たちに沢山の運動経験を積むことをおすすめしています。

## 久喜友誠館陸上クラブ

## ビギナーズクラス(年間 18000円)

毎週土曜日 年中~6年生 (9時~10時30) 保護者も一緒に身体を動かせます!

## 強化コース (月額 3000円)

※6~8月、12~2月は練習参加費として2000円を追加徴収する。

毎週 火・木・土

☆火曜日 3年生~ 期間限定 (17:45~19:00) ※1

活動場所: 久喜市内体育館 or 宮代近隣施設

※1夏季6~8月、冬季12~2月は17:45~19:00 (宮代近隣施設等)

☆木曜日 3年生~ (17 時 45~19 時)活動場所: 久喜市、宮代町周辺グラウンド☆土曜日 3年生~ (10 時 30~13 時)活動場所: 久喜市、宮代町周辺グラウンド

#### 陸上クラブの概要

幼児~2年生:遊びを通して沢山の動きを経験

3年・4年生:陸上競技の基本を学ぶ(走跳投)



5年生以上 : 陸上競技専門種目練習【短距離、長距離、走り幅跳び、走り

高跳び、ハードル等】

#### <mark>~ビギナーズコース~ 年中~小学6年生</mark>

目的:初心者、身体を動かす楽しさを学ぶ、陸上競技を楽しむ!







#### ~強化コース~

小学3年生~高校生

目的:公式試合参加 強化選手を目指す!陸上競技専門種目練習!







### 体幹教室

#### 週1コース(月3000円)陸上クラブ兼務(2000円)

毎週月曜日 活動場所:青葉小学校体育館

☆1年生 $\sim3$ 年生 19時00分 $\sim$ 19時40分

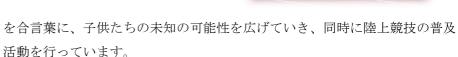
☆4年生以上 19時45分~20時30分

## 「友誠館」の方針

「やるからには本気で」

「がむしゃらに輝け」

「夢をかたちに一歩前へ」



## たくさんのことが身に付きます

★大きな声で挨拶、返事、言葉使い

★友達想い、コミュニケーション能力アップ

★自分で考える、心の壁を乗り越える力

★負けん気、熱心に取り組む姿勢

## イベントも充実

- ◎合宿年2回(春、夏)
- ◎運動会&夏祭り
- ◎クリスマス会&キャプテン交代式
- ◎箱根駅伝観戦ツアー
- ◎6年生&中3年生お別れ会





### 久喜友誠館陸上クラス

TEL:080-3426-2861(担当:高橋)

「友誠館」で検索



