

# 菅野優太監修 一流アスリートに 走る・投げるを習おう!!



**短距離  
菅野 優太**

100m元日本代表  
(2003年度 日本ランキング第2位)  
100m 10秒 22



**ボール投げ  
中嶋 俊文**

陸上八種競技インターハイ5位  
十種競技全日本インカレ出場



**長距離  
北澤 賢悟**

SWAC 東京 コーチ  
東海大学、小森コーポレーション  
陸上競技部の選手を経て、  
現在 SWAC ランニングクラブの  
ヘッドコーチを務める。  
第81回箱根駅伝3区出場



**フライングディスク投げ  
長尾 健次**

文化シャッター株式会社  
文化シャッターフライングディスク部  
バスバレッツの選手を経て、  
現在フライングディスクの指導を務める。



## 募集要項

### 日程・種目

11月26日(日)	短距離
12月24日(日)	長距離
平成30年1月28日(日)	フライングディスク投げ
2月25日(日)	ボール投げ

### 場 所

文京区立第一中学校  
文京区小石川5丁目8-9

### 対象・時間

1・2年生: 9時30分~10時30分 (受付開始 9時15分)  
2年生以上: 10時45分~11時45分 (受付開始 10時30分)

### 講 師

短距離: 菅野 優太先生  
長距離: 北澤 賢悟先生  
ボール投げ: 中嶋 俊文先生  
フライングディスク投げ: 長尾 健次先生

### 料 金

1種目 1,000円

### 定 員

各種目30名



### 申込方法

NPO法人大江戸内の専用ページにて、必要事項をご記入のうえ、お申込み下さい。

詳しくは <http://npo-ooedo.org>

かけっこ倶楽部 検索

10月28日(土)  
10:00より  
エントリー開始