

# 走ること はスポーツの基本!

## さあ、走力アップだ!!!

### 陸上教室(総合)

ゲーム的な要素も入れながら、多様な運動を取り入れた内容を行います。走る・跳ぶ・投げるといった陸上競技の基本動作を楽しく習得していきます。



火曜日 16:10~17:10

土曜日 9:30~10:30

【年中児~小学生・中学生対象】

※高校生や保護者の方も参加可

### 走り特化教室

活動時間は短めの設定で、短距離の走力アップに重点をおいた教室です。陸上以外のスポーツに取り組んでいる人にもおすすめです。



火曜日 17:35~18:15

土曜日 11:00~11:40

【年中児~小学生・中学生対象】

※高校生や保護者の方も参加可

### アスリート教室

陸上の大会に向けた練習を行います。ハードルや走幅跳、走高跳、砲丸投などの種目練習も入れていきます。部活のプラスアルファの場としてもご活用いただけます。



土曜日 13:30~15:00

【小学4~6年生・中学生対象】

※高校生や保護者の方も参加可

## 月額4,000円で週2回までご参加いただけます!

参加例...火曜の走り特化教室+土曜の陸上教室(総合)の週2回参加=月額4,000円

【家族割引有り】兄弟姉妹2名...7,000円、兄弟姉妹3名...9,000円 など

※保護者の方も+1,000円で週1回ご参加いただけます。

## 野球やサッカーなど、他のスポーツをしている人も大歓迎! 走力アップを目指して、陸上専用グラウンドで走ろう!!

### 随時体験受付中

詳しくはサイトから



<https://www.nara-spo.net/athlete-field>

# 陸上教室

## 会員募集

### 場所:ナラアスリートフィールド

天理市三昧田町105-1

ナラアスリートフィールド

検索



## 【2024年7月以降】天理の各教室の活動内容について

特定非営利活動法人 ならスポーツネットワーク  
理事長 丹羽教巳

日頃より、フィールドキッズの活動にご参加いただき誠にありがとうございます。この度、2024年7月から火曜日と土曜日に、新たに開始させていただく教室がございますのでお知らせ致します。詳細は下記の内容をご確認ください。

### ◎天理の各教室の内容について

2024年7月からは以下の表の通り、火曜日と土曜日に活動を行います。  
活動場所はナラアスリートフィールドです。(天理市三昧田町 105-1)

火曜	土曜
① A：陸上教室(総合) 16:10～17:10(60分) 年中児以上	③ A：陸上教室(総合) 9:30～10:30(60分) 年中児以上
② B：走り特化教室 17:35～18:15(40分) 年中児以上	④ B：走り特化教室 11:00～11:40(40分) 年中児以上
	⑤ C：アスリート教室 13:30～15:00(90分) 主に小学4年生以上 (大会へ参加意思のある人)

### 各教室の内容について

#### A：陸上教室(総合)

ゲーム的な要素も入れながら、多様な運動を取り入れた内容を行います。走る・跳ぶ・投げるといった陸上競技の基本動作を楽しく習得していきます。

#### B：走り特化教室

活動時間は短めの設定で、短距離走の走り方のテクニック&実践練習を集中的に行います。陸上だけでなく、サッカーや野球などの他のスポーツにおいても応用できるような、短距離の走力アップを目指した教室です。

#### C：アスリート教室

小学生(主に4年生以上)や中学生・高校生を対象に、陸上の大会に出ることを前提とした練習を行います。ハードルや走幅跳、走高跳、砲丸投などの種目練習も入れていきます。(主に4年生以上としていますが、兄弟姉妹の関係等を考慮いたします。指導者までご相談ください)

### ◎天理の各教室へ参加される場合の月会費の設定について

・個人 4,000円

・兄弟姉妹2名 7,000円

・兄弟姉妹3名 9,000円(以降、1名増えるごとに3,000円追加)

天理教室へご登録される場合は、この月会費で上記の表の中から2つまで登録する教室を指定してご参加いただけます。ただし、奈良市の鴻ノ池で活動している夜の陸上教室(月・火・木・金・土の週5回、19:20～20:50)にも参加される場合は、上記の表の中から1つのみを選択してご参加いただくこととさせていただきます。(すでにフィールドキッズへ会員登録を済まされていて、現在、夜の陸上教室のみのご参加の場合は、上記の天理で行う教室の中から1つ登録していただき、ご参加いただくことができます。この場合、追加の月会費は必要ございません) フィールドキッズの天理以外の各教室の詳細については別紙「2024年度総合案内 フィールドキッズの活動内容の詳細について」をご確認ください。

#### 【選択例】

◎上記の表の中の5つの教室①～⑤の中から2つを選択(この場合、鴻ノ池の夜の陸上教室への参加はなし)

例1…火曜② + 土曜④の2つ

例2…土曜③ + 土曜④の2つ

例3…火曜① + 土曜⑤の2つ

◎鴻ノ池の夜教室に行く場合(天理で1つ + 鴻ノ池の夜の陸上教室へ週5回、自由に参加)

例1…土曜③ + 鴻ノ池の夜教室

例2…火曜② + 鴻ノ池の夜教室

※お1人あたり、+2,000円の月会費で、天理の教室を週に2つまで追加可と致します。すでにフィールドキッズの天理以外の教室へご登録いただいている場合で、天理教室を追加される場合は、現在の月会費にお1人あたり+2,000円で天理教室2つまでを追加してご参加いただけます。(現在、夜の陸上教室のみの登録の場合は上記の通り、天理の教室1つであれば追加の月会費は不要です)

※保護者は週1回の参加(上記の5つの中から1つを選択)であれば1名につき上記の月会費に+1000円でご参加いただけることと致します。週2回以上参加される場合は、兄弟姉妹の金額と同額の設定です。(お子さま1名と保護者1名の参加であれば7,000円)

※駐車スペースの関係上、受け入れられる人数に制限があるため、現時点ではお休みされた際の振替制度等の設定はございませんので予めご了承下さい。今後、さらに天理での活動曜日が増え、参加人数を分散できるなどの体制が整った際には、振替制度を採用入れることなども検討をしています。

※各教室とも登録人数が多くなった場合は、新たなご登録を停止させていただく場合がありますので、予めご了承下さい。

※駐車スペースに限りがあるため、**毎回**、お車1台でお友達等と乗り合わせてお越しいただける場合(兄弟姉妹など、ご家族内での乗り合わせは除きます)や、徒歩・自転車などお車以外でお越しいただける場合はそれぞれの月会費から500円の割引をさせていただきます。ご登録時にお申し出ください。(近隣の商業施設等への駐車や路上駐車でのご来場は不可です)

【例】 兄弟2名+お友達1名が車1台に乗り合わせてご来場 → 兄弟2名=6,500円、お友達1名=3,500円にそれぞれ割引

※土曜日 13:30～のアスリート教室に關しまして、ならスポ AC にて選手登録をされている、又は登録する予定のある中学生・高校生・保護者の方につきましては、追加の月会費不要でご参加いただけることとします。ただし、お車を乗り合わせてお越しいただくなど、お車の台数削減にご協力をお願い致します。

### ◎体験参加について

各教室とも、1回まで体験でご参加いただけます。体験参加を希望される場合は、下記のフォームからお申込みいただけます。

天理教室 体験参加申込みフォーム ⇒ 《 <https://forms.gle/pijgzZLc8nwG1ed9> 》



**体験参加いただいた場合は、もれなくオリジナル缶バッジをプレゼントいたします！**

※体験参加される前日までにお申込み下さい。ただし、申込み人数が多くなった場合は受付を終了させていただく場合がありますので、お早めにお申込みをお願い致します。

※原則、雨でも活動を行います。雨等の影響のある日は、普段の活動内容と異なる場合がございます。雨避けのタープ・シート等を準備しますが、雨の予報が出ている場合は着替えやタオル等の準備をお願いします。ただし、警報が出る等の荒天の際には中止する場合があります。中止の際はフィールドキッズのブログ( <http://fieldkids.nara-spo.net> )を通じてご連絡致します。

※夏季は気温や湿度が高くなります。特に土曜日 13:30～のアスリート教室の時間帯は高温となる可能性があります。大会を想定した練習(原則、大会は夏場の日中も行われます)を行います。タープで陰の部分を作るなどの対策を取りながら活動していきます。各自でも保冷剤や氷のう等、体を冷やす物を準備するなど熱中症の対策をお願いします。(当日の天候により、中止する場合や中断しながら活動を行う場合があります。予めご了承ください。)

### ◎お車についてのお願い

天理教室の活動場所であるナラアスリートフィールド( <https://nara-spo.net/field%20kids/pdf/athlete-field-map.pdf> )の駐車スペースはあまり広くありません。お車で越すの際にいくつかご注意いただきたい点がございますので、ご協力をお願い致します。

※教室が2つ続いている場合(例、火曜日 陸上教室 16:10～17:10、走り特化教室 17:35～18:15 など)は、前の教室が終わってから次の教室が始まるまでにお車の入れ替わりがあります。入ってくる車や出ていく車で入口付近が混雑する可能性があります。混雑を防ぐため、駐車場へのご入場時間、ご退出時間の目安を次のように設定させていただきます。

《 教室の開始時刻の **10分前**からご入場可 《 教室の終了時刻から **10分以内**にご退出 《

【例】 17:10 に教室が終了する場合は、**10分後の 17:20 まで**にご退出をお願いします。

17:35 から始まる教室は **10分前の 17:25 から**ご入場可といたします。

(2つの教室へ続けてご参加される場合は、駐車をしたままで結構です)

※駐車場出口の右側(コンビニ側)に信号がありますが、赤の時間が長く、青の時間が短い信号になっています。右折して退出しようとされると、信号待ちで渋滞が発生する可能性があります。渋滞を防ぐため、出口からは左折にてご退出いただくようにご協力をお願い致します。

※お車による送迎のみの場合、路上での乗り降りは危険ですので、駐車場へ駐車をしてから乗り降りをしていただくようお願い致します。

※**近隣の商業施設等への駐車や、路上駐車はお控えいただくようお願い致します。**

(近隣から苦情等があった場合は、活動の継続が難しくなってしまう可能性もございますので、皆さまのご協力をお願い致します)

※お車によるトラブル等の責任は負いかねますので、事故等が発生しないように十分ご注意をお願い致します。



ナラ アスリートフィールド周辺図