

台東区地域スポーツクラブ

スポーツを楽しもう！**特別イベント**

陸上競技 **6** 種

短距離走・ハードル走・走り幅跳び
走り高跳び・長距離走・投てき



「台東区地域スポーツクラブ」に加入すると…

アスリート等の**特別講師**から**直接指導**を受けられる活動日あり!!

はじめてでも大丈夫！プロが初心者でも安心して楽しめる指導をします。

特別講師

専門的な指導が受けられる！



マラソン (長距離走)
ちば まさこ
千葉 真子氏



短距離走・ハードル走
はまだ じゅん
濱田 淳氏



走り高跳び
えとう たかし
衛藤 昂氏



走り幅跳び
なかの ひとみ
中野 瞳氏



投てき
まとば はるか
的場 葉瑠香氏

開催日 11/04 (祝) 09:00-12:00

11/24 (日) 13:00-16:00

12/22 (日) 13:00-16:00

※[全日程共通] 受付は、開始時刻の30分前

場所

台東リバーサイドスポーツセンター陸上競技場
東京都台東区今戸1丁目1番10号

対象

台東区地域スポーツクラブ加入者
加入条件は区立中学校および区内在住の中学生

参加費 無料

登録期限

各開催日の5日前まで!

参加条件

地域スポーツクラブへの加入登録

加入登録方法

二次元コードより

※申込は、保護者が行ってください。
加入登録時の学校選択は【駒形中学校】を選択してください。
【その他】の欄に、在籍している『学校名』『所属部活』をご記載ください。

加入登録は
こちら



台東区地域スポーツクラブとは？

地域クラブ活動は、休日における中学校部活動に代わるクラブ活動で、生徒が楽しくスポーツに取り組める機会の創出と部活動の継続性を考慮した競技力向上を目的としています。「部活動は陸上部に所属していて土日も活動したい」、「部活動は陸上部ではない（所属してない）けど陸上をしてみたい」など、区立中学校の生徒や区内在住の中学生であれば、部活動の陸上（競技）部に所属していなくても、誰でも参加できる活動です。



詳しくはこちら

特別講師紹介

マラソン（長距離走）千葉真子氏



1996年アトランタ五輪1万メートルで5位入賞。アテネ世界選手権1万メートルで日本女子トラック長距離種目初となる銅メダルを獲得するなど、日本女子長距離界のトップ選手として国際舞台で活躍。2度目の世界選手権はマラソンに出場し、銅メダルを獲得。世界で初めて世界選手権のトラック、マラソン両種目でメダルを手にした。第一線を退いた後は、ゲストランナーとして全国のマラソン大会に出演するほか、市民ランナーの指導や普及活動も積極的に行っている。

走り高跳び 衛藤昂氏



三重県鈴鹿市出身、株式会社神戸デジタル・ラボ所属。一般社団法人 Jump Festival 代表。小学3年時に陸上競技を始め、中学1年時から本格的に走り高跳びに取り組む。高専3年時にインターハイで3位、国体で優勝。2016年リオ五輪、2021年東京五輪に出場した。2021年に第一線を退くと共に一般社団法人 Jump Festival を設立。現在はIT企業に勤める傍ら、陸上競技のコーチングや講演会、地域のスポーツイベントの企画運営などを行なっている。

投てき 的場葉瑠香氏



《競技歴》

日本インカレ優勝（2010年）
アジア選手権やり投げ日本代表（2011年）
全日本実業団優勝（2011年）
日本選手権2位（2012年）
やり投げ自己記録 58m93（日本歴代6位）

《指導歴》

陸上クラブ専任コーチ：10年にわたる指導と毎年全国大会出場選手を輩出している。
パーソナルトレーナー：自分の経験を活かした指導で幅広い世代のクライアントを担当している。

走り幅跳び 中野瞳氏



小学生時代は少年野球に打ち込み、中学生から陸上競技を始めた。高校2年時に走幅跳で日本高校記録（6m44）を樹立。

その他インターハイ、日本インカレ、全日本実業団優勝やアジア選手権入賞などの実績を持つ。現在は食品企業に勤める傍ら、現役アスリートとして活動している。さらに、一般社団法人 Jump Festival の代表理事として、地域のスポーツイベントの企画運営や陸上教室、講演活動なども行っている。

短距離走・ハードル走 濱田淳氏



陸上元日本代表 400m ハードル。
THE RIKUJO 代表。

世界ジュニア選手権 日本代表（準決勝進出）、日本ジュニア選手権 優勝、国民体育大会代表など多数。

指導歴は、プロ野球チーム走り方指導、バスケットボールチーム指導、陸上スクール指導、全国で走り方教室、サッカー・野球・ラグビー・バスケットボールチームへの走り方指導、パラアスリート（障がい者）指導、走り方授業、大人向け陸上指導など。陸上クラブトレーニングアドバイザー・陸上スクールを創設。18都道府県に展開。

特別講師 参加スケジュール

11/04 09:00 マラソン / 千葉 真子氏
祝 12:00

11/24 13:00 短距離走 / 濱田 淳氏
日 16:00 走り高跳び / 衛藤 昂氏

12/22 13:00 ハードル走 / 濱田 淳氏
日 16:00 走り幅跳び / 中野 瞳氏
投てき / 的場 葉瑠香氏



事務局問い合わせ

運営や申し込みに関しては、リーフラス株式会社

上記以外の「地域スポーツクラブ」に関するお問い合わせは、台東区教育委員会スポーツ振興課

☎ 0120-966-305

☎ 03-5246-5853