

楽しみながら走る参加者



## 速く走るコツ 親子で学ぶ

かけっこ教室 八学大陸上部員が指導

八戸

八戸市は2日、YSアリーナ八戸人工芝コートで、親子で学べるかけっこ教室を開いた。八戸圏域の小学生とその保護者約70人が、八戸学院大陸上競技部の学生たちから指導を受けながら、楽しく体を動かした。

親子で走ることの魅力を体感するとともに、速く走るコツを学んでもらおうと開催。スポーツの指導者などを目指している学生約10人が協力した。教室では、短い距離のダッシュで体を温めた後、グループに分かれて練習。参加者は腕の振り方やスタート時の姿勢などの基本を教わっていた。

父親と参加した根城小2年の田村匠さん(8)は「楽しかった。いっぱい走ってお兄さんたちみたいに速くなりたい」と笑顔を見せた。

(千葉達也)