



## JATI近畿支部第43回ワークショップ

# トレーニング指導者が知っておくべき 『ランニングのテクニック』

**2019年 9月29日(日) @アクティブ・スクウェア・大東**

陸上競技の第一線で活躍されていた経験を活かし、子どもからシニアまで幅広い年代へ運動指導をされています。指導方法にも定評がある荒川氏の実技講習は必見です！



## 荒川 大輔 *DAISUKE ARAKAWA*

NOBY T&F CLUB ヘッドコーチ

同志社大学出身

2007年、2009年、2012年 日本選手権走幅跳 優勝

2007年(大阪)、2009年(ベルリン) 世界陸上走幅跳 日本代表

2017年 世界マスターズ走幅跳 M35 金メダル

自己ベスト：走幅跳 8m09

### 【タイムスケジュール】

- 12:30~13:00 受付
- 13:00~14:00 実技① 身のこなしのコーディネーショントレーニング
- 14:10~15:10 実技② ランニング技術の基礎トレーニング
- 15:20~16:20 座学 ランニングフォームのフィードバック
- 16:20~17:00 質疑応答/名刺交換会

※体育館での実技講習がございます。

内履き(トレーニングシューズ)と運動できる服装をご準備下さい。

### 【料金】

- 会員 ¥6,000
- 非会員 ¥10,000
- 学生 ¥6,000

### 【申し込み方法】

JATIオフィシャルサイトより申し込み → 入金

### 【お問い合わせ】

[info@jati.jp](mailto:info@jati.jp)



## アクティブ・スクウェア・大東

〒574-0072

大阪府大東市深野3丁目28-3



JR学研都市線「野崎駅」より徒歩5分



※コインパーキングもございますが、当日は混雑を避けるためなるべく公共の交通機関をご利用下さい。