

地域クラブ 【 くじランニングクラブ=KRC 】

**久慈地区では初となる小・中学生の陸上競技のクラブチームです。
陸上経験の豊富なコーチ陣が「走る・投げる・跳ぶ」に陸上の基本を指導いたします。**

練習日 木曜日・土曜日の週2回
活動時間 木曜日18:00～19:30 土曜日14:00～15:30
場 所 サンスポーツランド・防災公園・市民体育館など
主な内容 陸上競技の基本練習・体幹トレーニング・陸上大会、マラソン大会への参加
指 導 者 新井谷 潤（陸上歴28年、陸上競技公認コーチ資格取得）
費 用 月謝 4,400 円(入会時スポーツ安全保険800円、施設利用料 別途徴収)
事 務 局 にいや整骨院内（Tel 0194-75-4795 代表 新井谷）