



関東学院大学

◆ リリースに関するお問合せ先 ◆

2014 年 11 月 28 日

関東学院大学 広報室

TEL:045-786-7049

速く走るには“コツ”があります。 —12 月 14 日、「走り方教室」と「アスリート食堂」をオープン—

関東学院大学（本部：横浜市金沢区 学長：規矩大義）陸上競技部が、速く走るためのコツを指導する“走り方教室”を 12 月 14 日（日）に横浜・金沢文庫キャンパスで開催します。

過去に 6 度箱根駅伝出場を果たしている関東学院大学陸上競技部は、子どもたちの体力づくりのお手伝いをしようと 2012 年から小学生を対象にした“走り方教室”を開催してきました。走ることはあらゆるスポーツの基本。そのため、教室を開催する度に、多くの小学生が参加してきました。これまで参加した児童の保護者から「大人向けにも走り方を指導してほしい」という要望が多かったことを受けて、今回から「一般の部」も開催します。

また、“関東学院大学アスリート食堂”も同日にオープンします。ビュッフェ形式で食事を取りながら、小中学生アスリートのためにパフォーマンス向上と身体の成長に必要な食事を紹介。当日は、スポーツ栄養などを専門に研究を進める菅洋子専任講師と健康栄養学科の学生たちが子どもたちにわかりやすく説明します。

走り方教室概要

日 時：12 月 14 日（日）10:00～14:30

場 所：関東学院大学 横浜・金沢文庫キャンパス陸上競技場（雨天の場合は体育館）

（横浜市金沢区釜利谷南 3-22-1）

京急線「金沢文庫」駅西口より京急バス「関東学院大学金沢文庫キャンパス行き」

または「野村住宅センター行き」乗車、終点下車すぐ。

プログラム：10:00～11:30 「小学生の部」「中学生の部」「一般の部」に分かれての走り方教室

13:00～14:30 タイムトライアル（小学生 1000m、中学生 3000m、一般 5000m）

参加方法：12 月 1 日（月）16:00 までに申込み用サイトにてご予約ください。

（<https://ssl-pro.net/~kgu/>）

お問合せ：関東学院大学 学生生活課 TEL：045-786-7012

アスリート食堂概要

日 時：12 月 14 日（日）11:00～13:30

場 所：関東学院大学 横浜・金沢文庫キャンパス野球場内食堂

料 金：200 円

参加方法：会場まで直接お越しください。なお、400 食限定です。

（オープン中は菅専任講師が常時食事に関する相談を受け付けます）

お問合せ：関東学院大学 学生生活課 TEL：045-786-7012

※同日、横浜・金沢文庫キャンパス野球場で、横浜市金沢区と横須賀市の小学生が参加するソフトボール大会「関東学院大学カップ」の決勝大会も開催しています。

取材等に関わるお問合せ先 関東学院大学広報室 TEL：045-786-7049