

陸上競技 上達のこつ指導

松本で小学生教室 高馬の会 深天

競技に親しんだ。全体のウォーミングアップに続き、短距離、中距離、走り幅跳び、投てきの4種目に分かれて練習した。子供たちは短距離でさまざまな姿勢からスタートして瞬発力を高めたり、幅跳びで踏み切りのタイミングを合わせたりと、高校生に教わりながら熱心に取り組んでいた。

松本深志高校と前身の旧制松本中学校の陸上競技部出身者でつくる「天馬会」（小松茂美会長）は16日、松本市新村の松商学園総合グラウンドで、小学生陸上競技教室を開いた。松本地方の小学校1～6年生41人が参加し、現役部員の指導で

教室は平成19年に始まり、夏に実施してきた。昨年、猛暑と台風接近により中止したことを踏まえ、今年は時期を変えて企画した。山形小学校4年生の住吉凜さん（10）は「足を高く上げたり腕を振ったりというこつを聞いて、速く走れた気がする」と喜んでいった。（鎌倉 希）



高校生の指導で陸上競技に親しむ子供たち