

☆ウエイトリフティング 部員募集☆

平成34年 栃木国体開催決定

参加対象者	小学4年～中学3年(男・女)身長・体重制限なし
練習日	毎週 水曜日 18:30～19:30 (約1時間) 木曜日 18:30～19:30 (約1時間)いずれかでも可
練習内容	小学生 スナッチ、クリーン&ジャークのフォーム 上体・下半身運動、体育館でのボール遊び 中学生 スナッチ、クリーン&ジャークのフォーム 上体・下半身運動、試合を想定したトレーニング
持ち物	運動の出来る服装・アップシューズ・タオル・他
練習場所	昭和電工(株) ウエイトリフティング練習場 住所 小山市犬塚1-480
連絡先	小山市体育協会ウエイトリフティング部 会長 会沢 豊(あいざわ ゆたか) TEL090-2721-5453
その他	見学・体験練習大歓迎！！

※参加等は、事前に連絡が必要となります

