



競技場貸し切りで開催！！

デカスロン はじめて体験セミナー

キングオブアスリートといわれる十種競技。デカスロンとは？

この競技の勝者はキング・オブ・アスリートと称えられることがしばしばある。これは短距離走、中距離走、長距離走、投てき、跳躍といったそれぞれ相反する身体能力を必要とする競技において、すべてで一線級の成績を残さなければならないためである。ときとしてデカスリートが専門競技者の成績を超えることすらあるほどである。

男子十種競技の場合、以下のような競技日程で行われる。

一日目: 100m、走幅跳、砲丸投、走高跳、400m

二日目: 110mH、円盤投、棒高跳、やり投、1500m

2011年 10月29日(土) 14時30分集合 ■定員: 15名
■参加費: 3000円(予約制)

健康な方で、デカスロンに興味がある方。

■講師: 永島昇太郎
(共栄大学 准教授)

■会場
(集合場所)

世田谷区大蔵総合運動場 陸上競技場
 〒157-0074 世田谷区大蔵4-6-1
 TEL:03-3417-4276(体育館事務所) ■アクセス■
【バス】
 (洪24) 渋谷駅←→成城学園前駅
 (洪26) 渋谷駅←→調布駅南口
 (等12) 等々力操車所←→成城学園前駅南口
 「成育医療センター前」下車 徒歩5分
 「NHK技術研究所」下車 徒歩6分
 「日大商学部前」下車 徒歩6分
 (都立01) 都立大学駅北口←(桜新町駅)→成城学園前駅南口
 (玉31) 二子玉川駅←→成育医療センター
 (玉32) 二子玉川駅←→美術館
 「区立総合運動場」下車すぐ

14:30	集合 受付(体調チェック等) 着替え
15:00~17:00	ブリーフィング(十種競技) 投擲、跳躍などの種目にもト 質疑応答
17:00	着替え、解散

■注意事項:

道具などは競技場でお貸し出しいたします。
 スパイクはオールウエザー専用のみ使用できます。
 事前に健康診断を行い、故障などがある方は自粛いただき、すべてにおいて自己責任のもとにご参加ください。



参加申込方法 (申込は10月2日(日)まで)



<http://topgear-rc.jp/>

■問合せ トップギアインターナショナル合同会社
 E-mail: info@topgear-rc.jp TEL 090-1797-9372

今すぐアクセス!
 Top Gear Running SITE
 『スケジュール 10月』をチェック
 ※キャンセルは7日前まで可能ですがそれ以降は返金不可です