

# 陸上競技 個別指導をはじめます

ランニングフォームやトレーニング内容について、アドバイスや実技指導をおこないます。  
より充実したトレーニング内容を提供することで、ご自身のスキルアップに少しでも貢献したい  
と考え、個別指導を実施することといたしました。

成績不振や伸び悩みを抱えている選手も、ぜひこの機会にご利用ください。

開催予定	2025年1月より
対象者	中学生以上の方
対応種目	短距離全般、跳躍種目(走幅跳・三段跳)
開催場所	O-ENCE SPORTS FIELD 陸上競技場 (江川総合運動場 陸上競技場)
申込み方法	詳細は12月中に木更津体育施設HPにて
費用	お一人様 1時間 ¥8,000

私がお手伝いいたします！  
(臼井 淳一)



## 【指導者プロフィール】

### ＜競技歴＞

順天堂大学体育学部体育学科卒業  
ロサンゼルスオリンピック 走幅跳7位  
アジア大会3大会出場  
日本記録樹立8m10

### ＜指導歴＞

全日本空輸株式会社 陸上部コーチ  
(アジア大会 男子 200m 優勝)  
住友電気工業株式会社 短距離特別コーチ  
(日本人3人目 9秒98を樹立、東京オリンピック出場)