

主催 テリオス アスレチックスクール

新規開校！

運動が苦手でも人見知りでもだいじょうぶ！

運動会で活やくしよう！

陸上を
やってみよう

今だけ
2回
体験無料！
まで

みんな、 集まれー！

まずは体験してみよう！

かんたん申し込みはこちら！

QRコードを読み取り、
必要事項をご入力の上
お申し込みください。



個人情報利用目的
当スクールは、収集した個人情報について、以下の目的のために利用いたします。
●当スクール体験会の運営 ●当スクール体験参加に関するご連絡
●当スクールサービスに関する情報の提供
利用目的に同意した方はQRコードを読み込み、お申し込みください。

台風・雷雨など荒天やグラウンド状況を考慮し、
安全に実施できないと判断した場合は中止いたします。

●対象年齢はあくまで目安です。ご不安な点はお気軽にご相談ください

平日
開催日

7月7日/14日/21日 火曜日

①16時30分～17時45分（年中～小学6年生）

西宮の沢小学校 グラウンド
（札幌市手稲区西宮の沢 2条4丁目15-1）

定員10名

特別
開催日

7月25日 土曜日

- ① 9時30分～10時30分（年中～小学1年生）
- ② 11時30分～12時30分（小学1年生～小学3年生）
- ③ 13時30分～14時30分（年長～小学2年生）
- ④ 15時30分～16時30分（小学2年生～小学4年生）

手稲コミュニティセンター ホール
（札幌市手稲区手稲本町 3条1丁目3-41）

定員10名

子どもたちの「ココロに体力も。」 テリオスアスレチックスクールが選ばれる

5つのPOINT



POINT
1

未経験者・初心者も安心！

運動や集団行動が苦手な子、初めて陸上に挑戦する子でも大丈夫。まずは陸上を好きになってもらえるよう、ひとりひとりに合わせた褒めて励ます指導で、お子様の「楽しい！」を引き出します。



POINT
2

社会で必要な能力が身に付く

指導員が全て指示を出すのではなく、自ら考えて行動できるよう見守り、子どもたちが主体のチーム作りを行っています。陸上を通して協調性・コミュニケーション能力など社会で必要な力が身に付きます。



POINT
3

大会・合宿はみんなが主役！

大会は全員がレギュラー！経験者も、陸上を始めたばかりの子も、平等に経験を積むことができます。合宿は「自立」というテーマに沿って協力しながら生活する力を身に付けます。



POINT
4

クラス分けでステップアップ！

運動経験や学年によってクラスを選択できるので、低学年から高学年まで自分に合ったレベルで陸上を楽しむことができます。一緒にステップアップを目指して頑張りましょう！



POINT
5

保護者様の負担ゼロ！

テリオスはお茶係などの当番制度はございません。練習は週1回〜で送迎や見学も自由ですので、ご家庭の都合に合わせて通うことができます。土日の大会も年に数回程度で、ご家族の時間も大切にしています。

こんな方にオススメ！

- ★ 身体を動かすことが好き
- ★ スポーツは初めてだけどやってみたい
- ★ スポーツに自信がないけど上手になりたい
- ★ とにかく楽しい習い事がしたい
- ★ 礼儀や集団マナーも身に付けてほしい
- ★ 他の習い事とも両立させたい



私が指導いたします！

陸上スクール 生徒募集中！

担当指導員 **あべ ふみあき**
阿部 史明 先生

| | |
|-------|---|
| 【名前】 | 阿部 史明 (あべ ふみあき) |
| 【出身地】 | 北海道釧路市 |
| 【出身校】 | 高校：北海道栄高等学校 大学：北野大学 (旧：浅井学園大学) |
| 【資格】 | 日本陸上競技連盟公認コーチ/普通救命講習 |
| 専門科目 | 100m (10秒72)、200m (21秒92) |
| 主な成績 | 高校：全国総体 (インターハイ) 4×100mリレー 4位 大学生：北海道選手権3位 道央選手権 優勝 北日本インカレ7位 実業団：東日本実業団陸上選手権 12位 |



テリオスは未経験でも楽しく通える陸上教室です。

まずは体験会へ行ってみよう!!

体験会のお申し込みは表面のQRコードよりお願いいたします。



公式ホームページ公開中！

テリオスアスレチックスクール

検索

<https://terios.sport-school.com/>

お電話からのお申し込み・その他お問い合わせ

0120-846-104

月～金曜 10:00～20:00 / 土日祝 9:00～18:00