

## 2026年5月3日 加藤友里恵ランニング教室レポート

開催日時 2026年5月3日(日)10:00~11:00

開催場所 さるだ学集館校庭(銚子スポーツタウン管理)

参加者 16人

青空の下、さるだ学集館の校庭に元気な声が響き渡りました！

この日は、リオオリンピック・トライアスロン日本代表の加藤友里恵コーチを迎えて、ワクワクのランニング教室が開催されました。集合写真では、子どもたちも保護者の皆さんも笑顔いっぱい。

横断幕の前でピースサインがあちこちに飛び交い、「これから何が始まるの？」という期待感がすでに最高潮です。

そして教室がスタートすると、雰囲気は一気に運動モードへ。

加藤コーチの軽快な声かけに合わせて、ちびっ子たちは芝生の上を元気いっぱいにダッシュ。

「よーい、ドン」の合図とともに一斉に走り出す姿はまさに小さなアスリート。転びそうになりながらも笑顔で走る姿に、見ている大人たちも思わず応援に熱が入ります。

ただ走るだけではありません。腕の振り方、姿勢、リズム感など、トップアスリートならではの楽しいドリルが盛りだくさん。

子どもたちは遊び感覚で取り組みながら、自然と「速く走るコツ」を身につけていきます。

途中では、保護者の方も一緒に参加する場面もあり、校庭はまるで“笑顔の運動会”。

小さな子はお母さんに見守られながら、大きな子は少し真剣な表情で——それぞれのペースで思いきり体を動かしていました。

あっという間の1時間。最後は「まだ走りたい！」という声も聞こえるほど、楽しくて充実した時間となりました。走ることの楽しさ、体を動かす気持ちよさ、そして何より挑戦するワクワク感。

加藤友里恵コーチと過ごしたこの日が、子どもたちにとって大きな一歩になったことは間違いありません。

次回も、元気いっぱいのご参加をお待ちしています！

