

# 6月から 陸上教室再開！

## オンライン練習会！ 参加してくれましたか？



但馬からオリンピック選手を！！

# TAC 通信

## 第 50 号



2020年

発行日 6月

特集

## いよいよ陸上教室再開！新年度スタート！

### 今後の陸上教室について

ようやく緊急事態宣言も明け、6月から本格的に陸上教室をスタートします！

6月については、豊岡市の施設が使用できない期間もあり、月謝という形では参加費をいただきません。参加された日に参加費（1,000円/回）をお支払いいただく形で実施をしていきます。参加をされない日については、参加費をいただきません。まだまだ新型コロナウイルスの感染拡大に不安のある方もいらっしゃるかと考えての対応です。ご理解いただけますようよろしくお願い申し上げます。

また、6回以上の参加を見込まれる方には、6回分（6,000円）を一括でお支払いいただくことで、その後の参加については無料とさせていただきます。さかのぼっての返金等はできませんので、途中で切り替えをされる場合も同額をお支払いいただけます。ご注意ください。6回以上参加をされる予定の方は是非ご利用ください。

学校も再開され、少しずつ日常が戻ろうとしています。一日も早く、安心してスポーツを楽しめる日が来ることを願っています。

頑張りましょう！

### 活動自粛期間の挑戦！

陸上教室の開催ができなくなったことから、Youtubeで動画配信をスタートに様々なことに挑戦しました！話題のZoomを利用したオンライン練習会は、外出ができず、運動不足になりがちな自粛期間の中で少しでも運動をする機会を持ってもらおうと考えての挑戦でしたが、たくさんの生徒が利用してくれて大成功だったように思います。たくさんの参加ありがとうございました！

また、ウェイトトレーニング講習会や個人レッスンなど、学校と通常の陸上教室がある中ではできないような内容の指導も実施することができ、前々から挑戦したかったことにも挑戦できた期間となりました。ウェイトトレーニング講習会については、今後は長期休み期間を中心に不定期ではありますが、実施をしていく予定です。是非ご利用ください。

今後より良いクラブになるよう、積極的に新しいことへ挑戦していきます！

<自粛期間中の活動内容>

- ・Youtubeチャンネルでトレーニング動画配信
- ・instagramアカウント開設
- ・Zoomを利用したオンライン練習会
- ・ウェイトトレーニング講習会
- ・LINE公式アカウント開設
- ・コーチ陣のリレーコラム（ブログ）
- ・他チームとのインスタライブ対談
- ・但馬ACコーチ陣のインスタライブ対談

### 連絡方法が変わります！

これまでメールでご連絡させていただいていた教室変更や大会情報の連絡をLINEを利用して配信します！

6月についてはメールとLINE両方での連絡を行います。7月からはLINEのみの連絡へ完全移行を目指しています。

登録後にLINE公式アカウントから送られてくるメッセージに対して陸上教室に参加されている生徒の氏名をフルネームで記入して必ずご返信ください。返信のない方には連絡が届きません。登録よろしくお願いたします。

### Youtubeチャンネルでトレーニング動画を配信！

45個のトレーニングを紹介しています！是非チャンネル登録してください！

Youtubeを開いて「但馬アスリートクラブ」で検索！

<https://www.youtube.com/channel/UCIYdHbOvTZmxNP4pMBCDO4A>

### instagram始めました！

陸上教室の様子や大会結果などを配信していく予定です！以前から利用しているtwitterとfacebookと同時に積極的に情報発信に活用していきます！

是非フォローしてください！

☆但馬ACのinstagram

[https://www.instagram.com/tajimaac\\_official/](https://www.instagram.com/tajimaac_official/)

### LINE公式アカウントの登録はこちらから！

登録後にLINE公式アカウントから送られてくるメッセージに対して陸上教室に参加されている生徒の氏名をフルネームで記入して必ずご返信ください。

返信のない方には連絡が届きません。

登録URL：<https://lin.ee/4n9oHTnyX>

