

# オリンピック（陸上競技ハードル） 寺田明日香選手の走り方教室 (ジャパングリエイトグループ)

初心者 OK!  
カッコいい走り方を  
身につけよう!  
みんな集まれ～!



日 時 令和7年 11 月 24 日（月祝）  
10 時 00 分～11 時 30 分（受付は 9 時 40 分から始めます）

場 所 江刺カルチュアパーク多目的広場（奥州市江刺杉ノ町 9-1）  
※雨天時は江刺中央体育館で実施します

対 象 奥州市内の小学 4～6 年生の児童

参 加 費 無料

定 員 約 60 名（先着順）

持 ち 物 運動できる服装、飲み物、タオル、雨天時は体育館シューズ

申込方法 右記の QR コードよりお申し込みください。

申し込み後、Google フォームから確認メールが送信されます。

※締切後、「oshutopath@gmail.com」のアドレスから参加確定のお知らせを送信いたします。

※下記の問い合わせ先でも参加を受け付けております。

申込締切 令和7年 11 月 17 日（月）

問合せ先 (一社)奥州市スポーツ協会 奥州市水沢秋葉町 24-3

電話 : 23-2517



↑ 申込はこちらから ↑

## 【寺田明日香選手プロフィール】

1990 年北海道生まれ。女子 100mハードル元日本記録保持者（12 秒 86/日本歴代 5 位）。高 1 からハードルを始め、インターハイ 3 連覇。社会人になり日本選手権も 3 連覇。2009 年世界陸上ベルリン大会出場。2013 年現役引退、結婚出産後、7 人制ラグビーに転向し活動。2019 年陸上競技に復帰、9 月には 12 秒 97 の日本新記録を樹立。その後 2 度日本記録を更新し、東京オリンピックに出場。2023 年にも自己ベストを更新し世界陸上ブタペスト大会に出場した。