

ウォーキング ランニング

長距離
短距離

陸上競技のトップアスリートから
正しく楽しく学びましょう！

日時 : 2026 年
2月15日(日)
10:00 ~ 11:45 (9:30 受付開始)

場所 : 上武大学伊勢崎キャンパス
(伊勢崎市戸谷塚町 634-1)

内容 : 実技指導 (1 時間 30 分)
「ストレッチ」
「ウォーキングコース」
「ランニングコース・長距離」
「ランニングコース・短距離」

いずれかを選択

【募集要項】

対象者 : 市内および近郊に在住の小学生 4 年生以上の方
(子供から大人まで)

定員 : 50 名 (先着順にて定員になり次第締め切ります)

参加費 : 500 円 (保険代含む: 当日集金)

その他 : 当日は運動のできる服装 (トレーニングウェア・スニーカーなど) でご参加ください。
雨天の場合は体育館にて実施するので、体育館用シューズを持参してください。
水分補給用の飲み物は各自でご用意ください。
更衣室やシャワー等のご用意できませんのでご了承ください。

【申込方法】

2026 年 1 月 9 日 (金) から 2 月 6 日 (金) に上武大学ホームページよりお申込みください。
定員になり次第締め切りとさせていただきます。

主催 : 上武大学
共催 : 伊勢崎市教育委員会
後援 : 伊勢崎市・(一財)伊勢崎市スポーツ協会



<https://www.jobu.ac.jp/>

■連絡・お問い合わせは裏面参照

講師紹介

陸上部・駅伝部監督
諏訪 利成



長距離監督

●経歴

平成 7 年 桐生工業高校卒業

平成 11 年 東海大学卒業

平成 11 年 ～ 平成 23 年

日清食品陸上競技部で

実業団選手として活躍

平成 24 年 ～ 平成 31 年

日清食品陸上競技部コーチ

平成 31 年 ～ 令和 4 年

日立物流陸上部コーチ

令和 4 年 5 月～

上武大学陸上部・駅伝部監督

●競技歴

平成 13 年 長野マラソン 2 位

平成 15 年 福岡国際マラソン 2 位

平成 16 年 アテネオリンピック マラソン 6 位

平成 19 年 大阪世界陸上 マラソン 7 位 (団体戦金メダル)

陸上競技部コーチ
原 翔太



短距離監督

●経歴

平成 23 年 高遠高校卒業

平成 27 年 上武大学卒業

平成 29 年 上武大学陸上競技部外部コーチ

令和 4 年 上武大学陸上競技部コーチ

●競技歴

平成 26 年 日本陸上競技選手権大会 200m 優勝

平成 26 年 アジア大会 (韓国仁川) 日本代表

200m 20 秒 33 (日本歴代 9 位)

100m 10 秒 31

平成 29 年 布施スプリント

100m 10 秒 13

駅伝部コーチ
佐々木 寛文



ウォーキング講師

●経歴

平成 21 年 佐久長聖高校卒業

平成 25 年 早稲田大学卒業

平成 25 年 日清食品株式会社

平成 30 年 プレス工業株式会社

令和 4 年 上武大学駅伝部コーチ

●競技歴

平成 20 年 男子第 59 回全国高校駅伝 6 区区間賞

平成 22 年 出雲全日本大学選抜駅伝 4 区区間新

平成 22 年 全日本大学駅伝 4 区区間賞

お問い合わせ

上武大学伊勢崎キャンパス事務室総務課

群馬県伊勢崎市戸谷塚町 634-1

TEL : 0270-32-1011

FAX : 0270-32-1126

E-mail : soumu1@ic.jobu.ac.jp