

可能性あるすべてのアスリートと
夢を追う子どもたちのために



日産スタジアム・アスレティクス アカデミー 会員募集中!!

●日産スタジアム・アスレティクスアカデミー(NSAA)とは

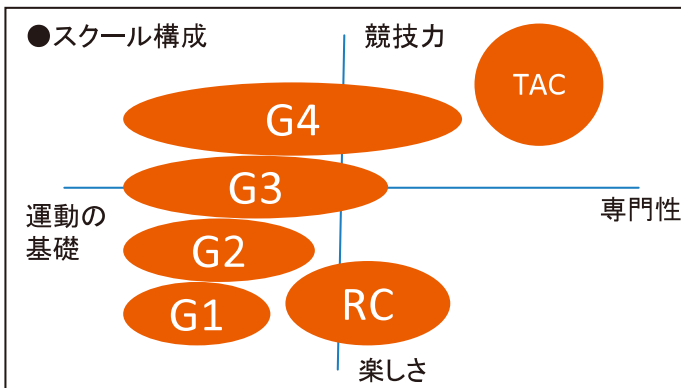
平成19年1月に日産スタジアムを管理・運営する横浜市体育協会と連携して開講した「日産スタジアム・アスレティクスアカデミー(NSAA)」は、一人でも多くの市民の皆様走ることで体を動かすことの素晴らしさを体感してもらうための陸上教室です。トップアスリートを育て上げた高野進の走理論に基づいた、正しく速く走るための方法を学びます。ただ走るだけでなく、脳を鍛える為のスポーツ講座、栄養・トレーナーサポートなど、走ることを総合サポートしています。

NSAAでは世界規模の施設を有する日産スタジアムの機能を最大限に活用しながら、運動の基礎である「走る・跳ぶ・投げる」ことを中心としたカリキュラムを行っています。人類が歩んできた進化の過程を人間の成長段階に重ね合わせ、手足を使って行う全身運動(基礎運動)からスタートし、最終的には各自の目的・目標にマッチさせた専門的な運動まで実施しています。



【高野 進】

- ・東海大学 体育学部教授
- ・東海大学陸上競技部短距離コーチ
- ・日本陸上競技連盟 理事・強化委員長
- ・日本スプリント学会会長
- ・400m日本記録保持者 44秒78
- ・NPO法人日本アスレティクスアカデミー理事長



体験・入会随時受付中!

クラス名	グレード1 (G1)	グレード2 (G2)	グレード3 (G3)	グレード4 (G4)	トップアスリートコース(TAC)	ランニングクラス (RC)
対象年齢 (原則として)	6~8歳 (小学生以上)	8~10歳	10~12歳	12歳以上	12歳以上 ※入会基準があります (別に定めるNSAA標準記録の突破)	12歳以上
定員	50名	50名	50名	50名	50名	50名
開講曜日・時間	原則:火・水・木曜日の週3回 16:30~18:30 ※この曜日に開催できない場合は、月曜日に開講あるいは休講となります	原則:火・水・木曜日の週3回 16:30~18:30 ※この曜日に開催できない場合は、月曜日に開講あるいは休講となります	原則:火・水・木曜日の週3回 17:00~19:00 ※この曜日に開催できない場合は、月曜日に開講あるいは休講となります	原則:火・水・木曜日の週3回 17:30~20:00 ※この曜日に開催できない場合は、月曜日に開講あるいは休講となります	原則:火・水・木曜日の週3回 17:30~20:00 ※この曜日に開催できない場合は、月曜日に開講あるいは休講となります	原則:火・水・木曜日の週3回 18:30~20:30 ※この曜日に開催できない場合は、月曜日に開講あるいは休講となります
具体的運動 (例として)	両手両足走行運動 ぶら下がり運動 バランス運動	バランス運動 ジャンプ運動 スキップ運動	走運動・跳運動・投運動の基礎と応用	四肢連動走法の基礎・応用 スプリント系 (ハードル走を含む) ジャンプ系 健康増進・維持、シェイプアップ	スプリント系 (100m~800m、100mH、110mH) ジャンプ系 (走高跳、走幅跳、三段跳)	四肢連動走法の基礎 ペース走 コミュニケーション ランニング 健康増進・維持、シェイプアップ
入会金	5,000円	5,000円	5,000円	5,000円	5,000円	5,000円
月会費	2,000円	2,000円	2,000円	2,000円	2,000円	2,000円
チケット費	8,000円 チケット12回券・有効期限3カ月	8,000円 チケット12回券・有効期限3カ月	10,000円 チケット12回券・有効期限3カ月	10,000円 チケット12回券・有効期限3カ月	10,000円 チケット12回券・有効期限3カ月	10,000円 チケット12回券・有効期限3カ月
体験コース	トップアスリートコースを除く各クラスでは、1日5名まで・お1人様1回限り、参加料金1,000円					

NISSAN STADIUM ATHLETICS ACADEMY

