



# g3 playクラブ 陸上チームトレーニング



陸上競技をしり、好きになり、強くなる  
トレーニングを実施します。

意識を高く、目標を達成する。  
達成の積み重ねが夢へのステップです。

仲間みんなで強くなりましょう。

入会金	3,000円
会費	10,000円
	[自己都合欠席でも変わらず]
個人トレーニング	2,000円
メンタルトレーニング	3,000円
※1回トレーニング	2,000円

※チームトレーニングに自己都合で欠席、個人トレーニングを受講された場合  
別会費がかかります。予めご了承ください。振替はございません。

## 連絡先



g3 play クラブ クラブ長 石河 満枝

日本体育協会 スポーツ リーダー指導者

日本体育協会 アシスタントマネージャー

幼児・児童体操指導歴23年

陸上競技: 日本選手権出場 1600MR 4走

かいじ国体・山口インターハイ出場

400M 日本ランキング49位

高校ランキング24位

その他入賞・優勝有り

クラブスタッフ 石河 遥香

福島大学在学中

陸上競技: 全国中学陸上大会2年連続 100M・200M出場

全国ランキング100M 4位 12秒41

全国ジュニアオリンピック陸上 3年連続出場

ABC共通400MR 全国決勝7位 (2走)

山梨インターハイ400MR 決勝7位 (3走)

その他入賞・優勝有り

石河満枝 携帯 090-2023-6589

