

第4回

子どもたちのカラダづくり

# タニラダー講習会

参加  
無料

走りは技術！  
技術を身につけたら  
速くなる！

9/28(土) 13:30~15:30

会場：アルビス小杉総合体育センター  
(射水市戸破 3111 番地)

講師  
プロフィジカルコーチ  
谷 真一郎 氏



## スポーツで上達したい・体力をつけたい 小学生大募集！

開催日：2024年9月28日(土) 13:30~15:30 (受付/13:00~)

会場：アルビス小杉総合体育センター

内容：骨カルシウムセミナー(15分)・タニラダートレーニング(90分)

対象：小学生70名(保護者の方の同伴をお願いいたします) ※先着順

※チーム(団体)でご応募の場合は、代表者の方が同伴ください。

参加費：無料

申込方法：アルビス ホームページ内応募フォーム(右下のQRコード)またはチラシ裏面・  
ホームページ掲載の応募用紙にご記入の上、メールまたはFAXでご応募ください。

※お申込み後にメールにて参加確定通知をお送りいたします。



応募締切：2024年9月2日(月) 23:59 ※定員に達し次第締め切らせていただきます。  
その場合ホームページでお知らせいたします



「タニラダー」とは

元サッカー日本代表で、ヴァンフォーレ甲府フィジカルコーチである  
谷 真一郎氏が考案したスピード強化トレーニング。4マスの特異なラダー  
を使い、ステップ・ワークや身体の姿勢、使い方をマスターします。

応募フォーム  
でのお申込み  
はこちらから▶



albis



射水市



未来は、ミルクの中にある。  
雪印メグミルク

お問い合わせ先：アルビス株式会社 ブランド推進部 TEL：0766-56-7310 (月~金/9:00~17:00)

## タニラダー講習会 参加申込書

ふりがな	
申込者名 (保護者または団体代表者)	
住所	〒 -
連絡先(電話番号)	
連絡先(メールアドレス)	
ご参加人数	名
お子様が取り組んでいる スポーツ・運動種目	
アルビスPonta カード番号※	

※アルビスPontaカードに記載の14桁の番号です。

ご参加者名				
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者①				cm
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者②				cm
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者③				cm
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者④				cm
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者⑤				cm
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者⑥				cm
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者⑦				cm
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者⑧				cm
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者⑨				cm
ふりがな		学年	性別	身長
ご参加者⑩				cm

※いただいた個人情報はアルビス株式会社が管理し、本講習会の案内のみに使用させていただきます。

なお、運用の都合上、雪印メグミルク株式会社及び株式会社イースリー(イベント事務局)に開示することがございます。

※10名以上でご参加をご希望の場合は、申込書を2枚に分けてお申し込みください。

お申込先:アルビスブランド推進部 メール:ml.albis.brand@albis.co.jp FAX:0766-56-6414