

# スバル陸上競技部選手による陸上教室

前に走った時よりも、すごく体がかかるく速く走れたのでびっくりしました。



走る時に、腕を引くようにして振ると聞いたので今度からやってみようと思います。



スバルの先生はなるべく大きく足を前にだして走っていたから、これからはまねしようと思いました。



ぼくは長距離が苦手だったけれど、スバルの先生に教えてもらったら長距離が苦手じゃなくなりました。



走るのがあまり好きではなかったけれど、スバル陸上教室をやってから走るのが少し好きになりました。