

指導者育成事業スポーツ指導者講習会 開催要項

- 1 趣 旨 スポーツ指導者に対して、強い身体作りに欠かせない食事についての講義とボールを使用した、腰痛、膝痛予防、姿勢改善方法の習得、それを実践することにより安心してスポーツに取り組む土壌作りの一環として。
- 2 主 催 ポラーノグループ廿日市
- 3 日 時 平成 29 年 11 月 11 日(土) 9:30~12:00
- 4 会 場 廿日市市スポーツセンター（サンチェリー）
- 6 講習内容 第一部:講習「強い身体作りの為の栄養セミナー」
第二部:実技「ボールを使った機能改善体操」
- 7 日 程 9:00~ 9:30 受 付(1階大会議室前)
9:30~ 10:15 講 義(1階大会議室)
10:30~ 12:00 実 技(サブアリーナ)
- 8 対 象 スポーツ指導者及びスポーツ愛好者
- 9 定 員 60 名(先着順)
- 10 受講料 500 円(保険料含む)
- 11 申込期間 平成 29 年 10 月 1 日(日)から (定員になり次第締切ります)
- 12 申込方法 スポーツセンター1階事務室窓口及び電話受付
- 13 問合わせ 廿日市市スポーツセンター
〒738-0033 廿日市市串戸六丁目1番1号
TEL(0829)31-5980

※運動のできる服装でご参加下さい。(上履きをご持参のこと)

※当日は駐車場が混雑すると思われます。当スポーツセンターへは出来るだけ公共交通機関をご利用の上、お越し下さいますようご協力お願いします。

※スポーツ指導者講習会は団体登録要件の指定講習会です。