

ケガを予防するためのトレーニング

～正しい体の使い方を学ぼう!～

間違った体の使い方をしてはケガの元になります...

ケガ防止のためトレーニングを学んでパフォーマンス向上に繋がしましょう

1月30日(土)

申込〆切

1/28(木)

場所 北上総合体育館大アリーナ **時間** 14:00~16:00(受付13:30~)

講師 三田 副起子 氏

「柔道整復師」

「JATI-ATI(日本トレーニング指導者協会 トレーニング指導者)」

「NASM-PES」



対象・定員：北上市内のスポーツ少年団、小・中・高校生の指導者、保護者、将来スポーツ指導者を志す者その他講習内容に興味・関心のある方。50名

受講料：1人500円

持ち物：動きやすい服装、室内シューズ、タオル等

申込方法：別紙申込書にもれなく記入し、下記まで電話、FAX、メール、または直接持参でお申し込みください。

その他：①新型コロナウイルス感染予防対策のため、37.5度以上の発熱・咳・咽頭痛などの症状がある方の参加はご遠慮ください。

②新型コロナウイルス感染予防対策のため、当日はマスクを着用し参加してください。また、検温を実施するとともに体調チェックシートを提出していただきます。

③詳細、不明な点については、(公財)北上市体育協会まで問合せ願います。

《第2回スポーツ指導者講習会申込書》

氏名		電話番号	
住所	〒		
参加対象 (○をつける)	指導者	保護者	興味関心のある方
競技名 (指導の有無に関係なく)			

お問い合わせ・お申し込み先

公益財団法人北上市体育協会 024-0051 北上市相去町高前檀 27-36(北上総合体育館内)

TEL 0197-67-6720 FAX 0197-67-6721 MAIL taikyoub@kitakami.ne.jp