

## 令和2年度阿蘇市スポーツ指導者講習会開催要項

### 1 趣旨

阿蘇市内で活動しているスポーツ指導者及び新たに指導者を目指している人を対象に、運動前後のストレッチ・準備運動についての基礎知識を、プロのアスレティックトレーナーから学び、今後の指導現場で活かすことを目的とする。

### 2 主催

阿蘇市体育協会、NPO 法人火の山スポーツクラブ

### 3 共催

阿蘇市教育委員会

### 4 開催日時及び会場 ※両日とも同じ内容となります。

	日 時	会 場
1 回目	令和2年11月14日(土) 午前9時30分～午後12時00分(受付:午前9時～)	阿蘇市阿蘇第一体育館 〒869-2301 阿蘇市内牧 267
2 回目	令和2年11月15日(日) 午前9時30分～午後12時00分(受付:午前9時～)	阿蘇市一の宮体育館 〒869-2612 阿蘇市一の宮町宮地 2318-1

### 5 参加対象者

ジュニアスポーツ指導者、今後ジュニアスポーツの指導を考えられている方、スポーツ推進委員、体育協会関係者、市内社会体育団体指導者、学校関係者、保護者、その他希望される方

### 6 日程

9:00	9:30	10:30	10:40	12:00	
受付	開会	講習会(座学)	休憩	講習会(実技)	閉会

#### 【内 容】

- ・実 技 「スポーツ前後のストレッチ・準備運動の重要性(座学+実技)」  
講 師：MIC☆Bodywork Shop(ミック ボディーワーク ショップ)  
日本体育協会公認アスレティックトレーナー 枝尾 久美氏

### 7 参加申込方法及び定員

参加申込書に必要事項を記入の上、窓口又はFAXいずれかの方法でお申し込み下さい。

※申込用紙は窓口に設置している他、阿蘇市HPからもダウンロード出来ます。

締切日 令和2年11月11日(水) <必着>

定 員 各50名(先着順)

提出先及び窓口 阿蘇市教育課社会体育係(TEL 22-3229)、内牧支所総務振興係  
波野支所総務振興係

FAX 22-5205(阿蘇市教育課社会体育係宛)

### ※新型コロナウイルス感染症拡大防止について

参加される際はマスクの着用をお願いします。また、発熱、のどの痛み、倦怠感等症状がある場合は、参加を自粛していただきますようお願いします。

なお、感染症対策として広めの会場で開催し、受付時の非接触型体温計による検温、換気やアルコール消毒液の設置など、感染予防の徹底に努めますが、今後の状況に応じて、本講習会の開催を中止する可能性もありますので、予めご承知おきください。

### 8 修了証

受講者には阿蘇市教育委員会から「受講修了証」を授与する。(※全日程を修了した者のみ)

### 9 受講料

無料

### 10 個人情報等の取り扱い

標記講習会に係る個人情報については、「令和2年度阿蘇市スポーツ指導者講習会」以外には使用しない。

参加者募集!!

令和2年度阿蘇市

# スポーツ指導者講習会

趣 旨	阿蘇市内で活動しているスポーツ指導者及び新たに指導者を目指している人を対象に、運動前後のストレッチ・準備運動についての基礎知識を、プロのアスレティックトレーナーから学び、今後の指導現場で活かすことを目的とする。
日 時	令和2年11月14日（土）、11月15日（日）※2回開催 午前9時30分～午後12時00分（受付：午前9時～）
会 場	阿蘇市阿蘇第一体育館（11月14日） 阿蘇市一の宮体育館（11月15日） ※両日とも同じ内容となります。

参加費  
無 料

11月14日（土）、15日（日）開催  
『スポーツ前後のストレッチ・準備運動の重要性（座学+実技）』

講師 MIC☆Bodywoek Shop（ミック ボディーワーク ショップ）  
日本体育協会公認アスレティックトレーナー  
枝尾 久美 氏

【プロフィール】  
理学療法士として病院勤務しながら、勤務時間外にトレーナーとして活動。  
12年前に競技者を対象としたアスレティックトレーナー（屋号MIC）として独立。  
障害予防やコンディショニング、競技体力向上のフィジカルトレーニングまでを行っている。現在は、チーム（鶴屋百貨店バスケットボール部）や個人選手（代表候補、プロ）などと契約を結んでいる方を対象として活動。  
また、2019年12月より山都町で空中ヨガと床上ヨガ、各種トレーニングを織り交ぜたオリジナルの空ヨガ教室も開催している。



参加申込書 ※希望の参加予定日にチェック（✓）を入れて下さい。 FAX 22-5205

氏 名 (フリガナ)	性別	連絡先（必ず繋がる番号）
	男・女	- -
住 所	阿蘇市	
参加予定日	<input type="checkbox"/> 11/14（阿蘇市阿蘇第一体育館） ・ <input type="checkbox"/> 11/15（阿蘇市一の宮体育館）	
所属団体		
質問がございましたらご記入ください。		

締切日 11月11日（水）＜必着＞