

高齢者体力づくり指導者講座

＝静岡県スポーツ指導者講習会＝

ニュースポーツ及びレクリエーションを通し、高齢者の体力づくりの指導者を養成することを目的に開催します。

- 主催：静岡県教育委員会 ● 主管：静岡県レクリエーション協会
- 共催：社会福祉法人島田市社会福祉協議会
- 開催日時：平成21年9月13日（日）午後1時30分～4時30分
- 場 所：島田市保健福祉センター「はなみずき」3階 研修室・運動室
島田市中河町283-1 電話 0547-34-3283

参加費：無 料

内 容：(1)高齢者体力づくりに関する講話(2)体力づくりのためのニュースポーツ実技実習

参加対象：高齢者体力づくりの指導者及び今後その指導に携わろうとする意志のある方

募集人員：50名

申込方法：「参加申込書」に必要事項を記入の上、①または②にお申込みください。

① 〒420-0068
静岡市葵区田町1丁目70-1
静岡県レクリエーション協会事務局 鈴木
TEL：054-254-0919
FAX：054-254-0925

② 〒427-0042
島田市中心街5番1号
島田市社会福祉協議会 事務局 持塚
TEL：0547-35-6244
FAX：0547-34-3261

受付方法：8月14日（金）より受付を開始いたします。定員になり次第締め切ります。

プログラム

- 13：00 受 付
- 13：30 開講式
- 13：40 講 話 高齢者の体力づくり
- 14：20 ニュースポーツの実習
輪投げ・ペタボード・ディスクゲッター
日レクボール・タオルを使った運動等（種目の変更有）
- 16：25 閉講式



- そ の 他：①軽い運動ができる服装でご参加ください。（スカートなどは適しません）
②長さ70センチくらいのタオルをお持ちください。
③当日の緊急連絡先は、090-3830-3144（田井中）にお願いします。
④同一団体からは、最高3名の参加までとさせていただきます。

高齢者体力づくり指導者講座 参加申込書

氏 名		性 別	男・女
住 所	〒		
連絡先	所属団体名		

個人情報につきましては、当講座の受付名簿作成、傷害保険加入、講習会に関する連絡のみに使用します。