

スポーツサポーター養成研修会

～障がいのある方も一緒にスポーツを楽しむために～

【全4回コース】

【開催日】

- 第1回 6月29日(土)
- 第2回 7月 6日(土)
- 第3回 7月15日(月・祝)
- 第4回 9月 1日(日)

【会場】

- 第1回～第3回
さくらアリーナ多目的ケアルーム
- 第4回
五泉市総合会館 会議室・中ホール

【参加費】

- 全4回コース 2,000円
(高校生 1,000円)

【対象者】

高校生以上

【定員】

20名

※詳細は裏面をご覧ください



子どもたちがスポーツ(軽運動)をする時や高齢の方や障害のある方と一緒に運動しながら、スポーツサポーターとしてお手伝いしてみませんか？

スポーツサポーターとは・・・ ボランティアでメイン指導者の補助をする人です

(ヴィガのイベントや障がい者施設の交流会など、年に数回程度お願いいたします。)

↓↓↓ **こんな方々におすすめです!** ↓↓↓↓

ボランティアをしてみたい!!



一般社団法人 五泉市スポーツ協会 総合型クラブ ヴィガ 事務局

〒959-1701 五泉市石曾根 8074 番地 1 さくらアリーナ内(村松体育館)

電話 0250-58-6373 FAX 0250-58-6384 メール infomail@gosen-viga.com

ホームページ <http://gosen-viga.com> 営業時間 月～金 9時～17時(祝日を除く)

※営業時間外の問い合わせについては翌営業日以降の回答となります。ご了承ください。



研修日程

第1回～第3回 受付9:10～ 第4回 受付9:40～

日時	時間・会場	内容
第1回 (6/29) 9:30～11:30	さくらアリーナ 多目的ケアルーム	「運動基礎編① ストレッチ」 自重（器具なし）とストレッチポールを使用したトレーニング
第2回 (7/6) 9:30～11:30		「運動基礎編② 筋力・体幹トレーニング」 自重（器具なし）トレーニングとトレーニング法
第3回 (7/15) 9:30～11:30		「運動基礎編③ 有酸素運動・ダンス」 音楽に合わせた有酸素（エアロビック）運動およびダンス
第4回 (9/1) 10:00～15:00	五泉市総合会館 第5会議室 中ホール	「障がい者スポーツサポーター養成研修会」 （新潟県障がい者スポーツ協会共催予定） 10:00～12:00 講義（第5会議室） 13:00～15:00 実技（中ホール） 研修会修了者には「障がい者スポーツサポーター認定証」を発行予定。※日本障がい者スポーツ協会公認資格ではありません。

講師 第1回～第3回 吉田 純子（健康運動指導士）、第4回 新潟県障がい者スポーツ協会

対象者 高校生以上

定員 20名（※全4回コースが満員の場合は各回のみの申込みはできません）

受講費 全4回コース 受講：2,000円（高校生 1,000円）

第1回～第3回の各回の受講：1回 500円（高校生 1回 300円）

第4回のみ受講：1,500円（高校生 800円）

申込について

- ・申込用紙に記入の上、総合型クラブ ヴィガ事務局まで必ず事前に申し込みください。
電話またはFAX、メールでの申し込みもできます。（窓口および電話での申込は営業時間内をお願いします）
- ・参加費は当日、受付でお支払いください。
全4回コースの場合は第1回目にそれ以外はその都度お支払いください。
- ・入金後の返金はできませんのでご了承ください。
- ・運動のできる服装・室内用運動靴・飲み物・タオルをご用意ください。
- ・定員になり次第締め切ります。

【申込・問い合わせ】

一般社団法人 五泉市スポーツ協会 総合型クラブ ヴィガ 事務局

〒959-1701 五泉市石曽根 8074 番地 1 さくらアリーナ内（村松体育館）

電話 0250-58-6373 FAX 0250-58-6384 メール infomail@gosen-viga.com

営業時間 月～金 9時～17時（祝日を除く）

※営業時間外の問い合わせについては翌営業日以降の回答となります。ご了承ください。

きりとりせん

スポーツサポーター養成研修会 申込用紙

6月26日（水）〆切

氏名	性別	年齢	学校名（学年） ※学生のみ記載	
	男・女		（ 年）	
電話番号	住所			
全4回コースまたは申し込みする日程に○をつけて下さい。				
全4回コース	第1回 6月29日(土)	第2回 7月6日(土)	第3回 7月15日(月・祝)	第4回 9月1日(日)

※記載いただいた個人情報については当クラブ以外に使用いたしません。