

ジュニアスポーツ指導者講習会

子どもの

身体づくり

講座

～ ストレッチと準備体操
の基本と実践～

11 / 18 火 午後7時～
午後9時

講師紹介

岡 秀信 氏

日本ストレッチング協会の理事を務める傍ら、ジュニアランニングクラブ「のうみそジュニア」のコーチとして20年以上指導に携わっています。ジュニアランニングクラブではウォームアップやクールダウンのストレッチに加え、ジュニア期特有の障害などに対して個々に適切なメニューの指導を行っています。ストレッチングやランニングパフォーマンスの向上に情熱を注ぎ、選手一人ひとりの成長を支えています。

会場

市民活動センタープラッツ
第2会議室（宮町1-100 ル・シーニュ6F）

【申込方法】

右記二次元コードから
電子申込（logoフォーム）

申込締切

11月9日（日）

※ 電子申請でお申込みができない方は、下記問い合わせ先まで
ご相談のほどよろしくお願いいたします。



【問い合わせ先】

府中市スポーツタウン推進課スポーツ支援係

☎ 042-335-4499 ✉ taiiku01@city.fuchu.tokyo.jp

詳細は、市HPから
確認できます→

