

スポーツ指導者スキルアップ講習会

を開催します！

全6回の講座を受講して

正しい知識や技能を身に付けてスキルアップ！

・スポーツ指導をしている方 ・指導者になりたい方・スポーツが大好きな方
希望科目のみ受講も”OK”

場 所：北部体育館(静岡市葵区松富 4-14-1)

対象者：スポーツ指導者もしくは指導者に興味のある16歳以上で、

市内在住または通学・通勤者(※ただし、18歳未満は保護同伴)

日 時：平成31年1月24、2月7・14・21日、3月7日(全6回)

(木曜日の午後7時から9時)

申込期間：平成30年12月7日(金)～(各講座定員になり次第締め切り)

参加費無料

(定員40名程度)



平成30年度スポーツ指導者スキルアップ講習会実施予定科目

※科目は講師の都合により一部変更になる場合があります

開催日	題 目	開催科目	講 師
1月24日	いかにして選手の自信を育むか～今、指導者にできること、すべきこと～	スポーツ心理学 (講義)	静岡県立大学 准教授 窪田 辰政
2月7日	心と体をほぐし、鍛えよう！ヨガを実践して指導に活かそう	ヨガ (実技)	静岡市体育協会 チーフインストラクター 伊藤 昌輝
2月14日	体幹を鍛えて運動パフォーマンスアップ！	体幹トレーニング (実技)	静岡市体育協会 チーフインストラクター 西ヶ谷 紀恵
2月21日	トレーニングを効果的に！体育方法論を学ぼう	体育方法論 (講義)	沼津工業高等専門学校 教授 佐藤 誠
2月28日	けが予防と応急処置に！テーピング技術を学ぼう	テーピング講習 (実技)	キネシオテーピング協会 指導員 篠原 史彦
3月7日	あなたの料理でパフォーマンスアップ！食のスペシャリストに	スポーツ栄養学 (講義)	静岡県立大学 教授 市川 陽子

会場までの アクセス



《申込方法》

・申 込 先 静岡市コールセンターへお申し込みください。

TEL：054-200-4894

・申込期間 平成30年12月7日(金)から

(各講座定員になり次第締め切り)

※市ホームページにも詳細を掲載しておりますので、ご確認ください。

静岡市HP→「文化・スポーツ」→「スポーツ」→「スポーツ教室」から検索！

