

体力・競技力向上セミナー

# スポーツの楽しさと 上達のコツ

参加費  
無料

対象：小・中学生 / スポーツ少年団指導者等



## POINT

あの新語・流行語大賞『村神様』所属!!東京ヤクルトスワローズの2軍チーフアスレティックトレーナー小林宏平氏(府屋集落出身)をお迎えし、小・中学生へ向けてスポーツ指導を行います。色々な話が聞けちゃうかも?!

## 日時

1月14日(土)  
9時30分~11時15分(予定)

## 会場

山北総合体育館

## 講師

小林 宏平 氏

## 持ち物

内履き、タオル、飲み物など

## 申込方法

申込用紙に必要事項を記入のうえ  
山北総合体育館に持参  
または電話、ファックス、メール

## 申込期限

1月11日(水)まで

## 予定スケジュール

【受付】 9:00~ 9:30  
【指導】 9:30~11:00  
(90分)  
【抽選会】 11:00~11:15

## 指導内容

### お話

スポーツをすることで、  
人生が豊かになる!!

### 実技

自分の身体を自在に  
扱えるようになるための  
トレーニング指導



\*新型コロナウイルス感染症予防に協力願います\*

- ・ご参加の際は、マスクの着用・手指消毒にご協力をお願いいたします。
- ・発熱、咳、くしゃみなど風邪の症状がある方、体調のすぐれない方は、ご参加をお控えください。
- ・感染拡大状況により中止する場合があります。

お申込み  
お問い合わせ

TEL 77-2828 (平日 8:30~17:30)

FAX 77-3996

URL <https://sanpoku-sports.com/>

MAIL [sanpoku.sports@purple.plala.or.jp](mailto:sanpoku.sports@purple.plala.or.jp)

住所 村上市府屋177-1(山北総合体育館内)



Instagramの  
フォローを是非!!  
お願いします



NPO法人 さんぽくスポーツ協会

SANPOKU.SPORTS

キリトリ



スポーツの楽しさと上達のコツ 申込用紙

フリガナ		
氏名		
住所	村上市	村上市
日中連絡可能な 電話番号	-	-

※個人情報 は 当協会の 事業案内等 に 使用させていただきます