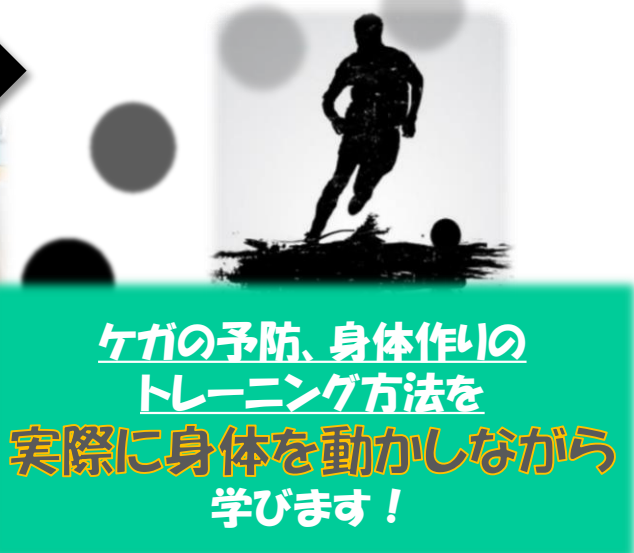


# 未来あるスポーツ育成年代への指導学(4)

## 知ってほしい！ トレーニング法と身体のこと

令和5年2月16日(木)



ケガの予防、身体作りの  
トレーニング方法を  
実際に身体を動かしながら  
学びます！

START...18:30 END ...20:30

場 所：北野生涯学習センター本館 1階 大ホール

定 員：40人(先着順)

申込開始：令和5年1月13日(金)9時

対 象：スポーツする子ども達の指導者、保護者、関心のある方

持 物：体育館シューズ、タオル、水分補給用の飲み物、筆記用具

一時保育：無料 要事前申込 定員5人(未就学児のみ)

申込方法：窓口、電話、FAX、電子申請

講 師：長岡 健太氏

(株式会社フィジコ代表取締役、福岡県サッカー協会医事委員、理学療法士)

### 【実績】

東海大福岡女子・熊本商業高校女子バスケットボール部、バレエ・陸上・水泳など、全国レベルのチーム、個人選手をトレーニング  
県内高校サッカー強豪校・Jリーグクラブ下部組織にて従事経験



### 【お申し込み・お問い合わせ先】

北野生涯学習センター本館(久留米市北野町中273-1)

TEL 0942-78-2308(平日9時から17時まで)

FAX 0942-78-7283(24時間受付)

電子申請 →  
24時間受付中→

