

令和元年（2019年）5月15日

各種目団体事務局長 様

横須賀市体育協会
競技力向上委員長 長谷川 博美

「令和元年度スポーツ学習・講習会」6月の開催内容について（通知）

このことについて、下記の内容のとおり講習会を予定しておりますので、各種目団体への周知にご協力の程よろしくお願いいたします。

なお、カラー版チラシにつきましては5月下旬に配付いたします。申込書は横須賀市体育協会ホームページからもダウンロード可能です。

記

○栄養管理や摂取物の学習

（1）アスリートの食生活

日 時：6月10日（月）18:00～20:00

場 所：神奈川県立保健福祉大学 A351教室

講 師：神奈川県立保健福祉大学 鈴木志保子教授

定 員：80名

○身体能力を高めるトレーニング

（1）ケガをしないために正しいフォームをつくろう

日 時：〈前半〉6月22日（土）16:00～18:00

〈後半〉6月29日（土）16:00～18:00

※2回1セットの内容となっておりますので後半からの参加はできません

場 所：神奈川衛生学園専門学校多目的ホール

講 師：神奈川衛生学園専門学校 専任教員

定 員：30名

対 象：小学5年生～中学3年生（日頃からスポーツをしている方に限る）

【事務局】

〒238-8550 横須賀市小川町11番地

横須賀市文化スポーツ観光部スポーツ振興課内

横須賀市体育協会事務局 平澤

TEL:046-822-8493 FAX:046-824-3277

メール:pe-bes@city.yokosuka.kanagawa.jp