令和2年度 スポーツ講習会実施予定一覧表(変更)

2020.5.1

令和2年4月現在

番号	スポーツ講習会名	対象者	開催日(変更後)	回数	場所	時間	定員	申込期間(変更後)(ネット申込・申込順)		受講料	講習会の内容・備考
1	護身術 (少林寺/スポーツチャンバラ)	小学生以上の市民	秋季に延期(検討中)	1	武道館柔道場	9:30～11:30	40	未定		無料	小さなお子様でもできる護身術。親子一緒に格闘技体験でストレス解消も。
2	かけっこ (JSF)	小学4～6年生	7/ 11(土) 予定		青葉陸上競技場	9:00～10:00	30	未定			走るのが苦手な子も、も～っと速く走りたい子も、コツを学んでパワーアップしませんか。
3	スナッグゴルフ (セガサミー ジュニアスポーツ)	小・中学生	8/22(土) 予定		ノースカントリーゴルフ場	未定	未定	未定			セガサミーカップ出場のプロ選手を講師に迎え、スナッグゴルフの基礎技術を学びます。プロとの勝負もあり！貴重な時間です。
4	3歳児 親子体操	3歳児(H28.4.2～H29.4.1生)・幼児指導担当者	未定		スポセン 第2体育館	9:30 ～11:30	20組	未定			親子がいっしょに楽しく遊び、家でもできる運動が学べます。
5	1、2年生 体育	小学校1・2年生 ・指導担当者	未定		スポセン 第2体育館	13:30～15:30	30	未定			体育が苦手なお子様も、楽しくスポーツを学べる内容です。
6	幼児体育の 指導者向け講習会	幼児体育指導担当者・興味のある市民	9/23(水) 予定		スポセン 第2体育館	18:30～20:30	30	未定			幼児の運動指導や、跳箱・鉄棒・マット運動等の指導補助や応用を楽しく学びます。広報ちとせ、地域情報誌にてお知らせ致します。
7	バドミントン	18歳以上の市民	9/19(土)		スポセン (1/2面)	午前	20	8/14(金)～28(金) 12:00～17:00			バドミントン経験者や子育て中で体を動かす機会が少ない方にもお勧め。サラサラのいい汗をおかきください。同時に参加者のお子さん1歳からの幼児スポーツ体験開催(予定)。
8	ミニバレー	小学生以上の市民	9/19(土)		スポセン (1/2面)	午前	20	8/14(金)～28(金) 12:00～17:00			子育て中で体を動かす機会が少ない方にもお勧め。サーブやパスの基本から学びサラサラのいい汗をおかきください。同時に参加者のお子さん1歳からの幼児スポーツ体験開催(予定)。
9	シニアもパワーアップ 卓球講習会	市民	11月の平日		スポセン 第2体育館	午前	40	未定			技術アップのための指導とワンポイントアドバイスを行う講習会です。講習生同士の交流も図れます。
10	大学のおにいさん達と 遊んで みんな元気UP！	4・5歳児 (H26.4.2～H28.4.1生)	12/5(土)		武道館 柔道場	9:30～11:30	40	11/10(火)～27(金) 各日9:00～17:00			北翔大学生のお兄さん、お姉さんと一緒に、運動を通して楽しく遊びます！！
11	クロスカントリースキー	①初心者 市民 ②中級者 市民	R3/ 1/9(土) ①歩くスキー ②スケーティング走法等		青葉公園内 少年野球場	①10:00～12:00 ②13:00～15:00	30 30	12/11(金)～25(金) 各日9:00～17:00			金メダリストと一緒に(予定)、歩くスキーの体験と、クロスカントリースキー スケーティング等の知識と技術を学ぶ。 自信が出来たらホルメンコーレンマーチに出場しましょう。
12	5歳児 冬のスポーツチャレンジ	5歳児 (H26.4.2～H27.4.1生)	R3/ 2/27(土)		武道館 柔道場	9:30～11:30	40	2/16(火)～25(木) 各日9:00～17:00			260畳の広い柔道場を思い切り使って、冬の運動不足解消しませんか！？
13	4歳児 冬のスポーツチャレンジ	4歳児 (H27.4.2～H28.4.1生)	R3/ 3/6(土)		武道館 柔道場	9:30～11:30	40	2/17(水)～3/2(火) 各日9:00～17:00			260畳の広い柔道場を思い切り使って、冬の運動不足解消しませんか！？
14	3歳児 冬のスポーツチャレンジ	3歳児 (H28.4.2～H29.4.1生)	R3/ 3/13(土)		武道館 柔道場	9:30～11:30	40	2/18(木)～3/4(木) 各日9:00～17:00			260畳の広い柔道場を思い切り使って、冬の運動不足解消しませんか！？
15	トレーニング室で 体幹強化にチャレンジ	初心者 男性	秋季に延期		スポセン トレーニング室	9:30～11:30	15	未定			運動をするうえで、体のバランス、体幹を鍛えることは有効です。トレーナーからアドバイスをもらって弱いところを鍛えましょう。
16	トレーニング室で ダイエットチャレンジ	初心者 女性	秋季に延期(検討中)		スポセン トレーニング室	9:30～11:30	15	未定			運動をするうえで、体のバランス、体幹を鍛えることは有効です。トレーナーからアドバイスをもらって弱いところを鍛えましょう。 そしてダイエットに挑戦。
17	トレーニング室で 体幹強化などにチャレンジ	初心者 市民	秋季に延期		武道館 トレーニング室	9:30～11:30	15	未定			運動をするうえで、体のバランス、体幹を鍛えることは有効です。トレーナーからアドバイスをもらって弱いところを鍛えましょう。
18 ～	体験 ○○○講習 (体協加盟団体から)	市 民		1回 ×3	未定	未定	未定	未定			詳細が決まりましたら、広報、地域情報誌にてお知らせ致します。

※上記内容は予定です。天候や会場の都合等で変更になる場合がありますのでご承知おき下さい。 (日程は申込期間前に、広報ちとせ・地域情報誌・HPでお知らせ致しますので、必ずご確認ください。)