

テーマ 『コーディネーション』

コーディネーション能力とは、日本語において多くは「調整力」と表現されます。簡単に言うと、時と場合に応じて、自らの動きを合わせたり、組み換えたりする能力と言えます。何だか、センスとか天性のものと思ってしまうかもしれませんが、せいぜい素質くらいのもので、学習と練習を通して育成することが出来ます。子供の時にやらないと身につかないと思われがちですが、むしろ身体がどんどん変化する成長期にやるべき練習と言えます。今回は、コーディネーション能力の概要についてお話致します。指導の現場で少しでもお役立てくだされば幸いです。

- <主催> 特定非営利活動法人 芦屋市体育協会
<後援> 公益財団法人 兵庫県体育協会
<日時> 平成30年3月3日(土)
【受付】13:30~14:00 【講義】14:00~15:30
<会場> 芦屋市立体育館・青少年センター 大会議室
<講師> 村上 雄紀
<定員> 45名(高校生以上の指導者)
※先着順(定員に達した場合はご容赦下さい)
<受講料> 500円(当日受付にてお支払い下さい) ※高校生無料
<申込方法> 下の申込書にご記入の上、前日までにFAXでお申し込み、
または体育館窓口までお持ち下さい。(空きがあれば当日参加も可能)
<お問合せ> 特定非営利活動法人 芦屋市体育協会
【TEL】0797-31-8228 【FAX】0797-38-3989

<講師プロフィール>



😊 健康運動指導士 **村上 雄紀** 😊

- 2010年 介護予防センターでトレーナーとして勤務
2013年 健康運動指導士 認定
2017年 ドイツライプチヒ大学スポーツ科学部トレーニング科学国際集中講座受講
コーディネーション運動コンピテンス指導士資格認定試験合格
ライプチヒ大学公認コーディネーショントレーナー 認定
現在 市内各所で幼児から高齢者まで幅広い年代を対象に運動指導を行う

----- キリトリ -----

平成29年度競技力向上研修会申込書		
氏名		団体等で申し込む場合 左記の代表を含む(計 名)
所属団体		
TEL	自宅	携帯