宮市スポ協第19号1
令和7年9月25日

加盟競技団体会長 各位

公益財団法人宮崎市スポーツ協会
会 長 長 友 寧 雄
(公 印 省 略)

令和7年度ブラッシュアップスポーツセミナー兼宮崎県スポーツ少年団宮崎市ブロック指導者協議会研修会の開催について (案内)

日頃から、本協会が推進しております「する・みる・支える」スポーツへのご理解とご協力
に対しまして、心から感謝申し上げます。

さて、本協会では、スポーツに関する効果的なトレーニング方法や最新の知識・情報等を伝
え、市内スポーツ選手の競技力向上を図ることを目的に標記講習会を下記のとおり開催します。

つきましては、多くの方にご参加いただきたいと存じますので、関係者へ周知していただく
ようご協力をお願いいたします。

記

- 日時・会場 令和7年11月1日(土)北部記念体育館 【受付】8:30～ 【開始】9:00～
(①ペップトーク、②基礎体カトレーニング)

11月15日(土)北部記念体育館 【受付】9:30～ 【開始】10:00～
(③体幹トレーニング)
- 内 容 講習会 ①テーマ「前向きな言葉でチームや個人の力を引き出す！」
講 師 遠坂 有太郎 氏 (ペップトーク)
実技指導 ②テーマ「楽しくきたえる基礎体力」
講 師 FUN パーソナルジム&ピラティス
③テーマ「ジュニア期の体幹トレーニング法」
講 師 アスリート道場BUSHITSU
- 申込方法 別添チラシ裏面の申込書にて、メールまたはFAX、郵送でお申し込みください。
※申込書は宮崎市スポーツ協会ホームページからダウンロードできます。

公益財団法人 宮崎市スポーツ協会 担当:照屋
〒880-0879 宮崎市宮崎駅東1丁目2番地7
TEL:0985-21-1735 FAX:0985-21-1736
E-mail: info@miyazaki-sports.or.jp