

人生100年時代 /

心と身体と栄養のシリーズセミナー!

スポーツで子ども達の未来をととのえる

必見!!

トップアスリートを支えるプロから学ぶ『ととのえかた』

佐賀で学べる世界基準★

どこからでも参加できるオンライン同時開催!

“ととのうまち武雄” から始まる新しいスポーツの形

会場定員
各**30名**
オンライン定員
100名まで

参加費
無料

対象



子ども達を支えたい

指導者の方
教員の方
保護者の方

第1回

予約締切
会場 / 11月24日(日)
オンライン / 29日 12:00

筒井 香さん

日本スポーツ心理学会認定
スポーツメンタルトレーニング上級指導士

『マインドセット
～心をととのえる』

Keyword

- ・メンタルとパフォーマンスの関係
- ・納得感を高めるメンタルトレーニング
- ・コーチ哲学を言語化する

令和 11/30 ± 14:00 - 16:00 (受付 13:30)

会場: 武雄市役所1階ホール

第2回

予約締切
会場 / 12月8日(日)
オンライン / 13日 12:00

ダイス山口さん

米国認定アスレティックトレーナー (BOC-ATC)
米国 NSCA 認定ストレングス・コーチ (NSCA-CSCS)

『コンディショニング
～身体をととのえる』

Keyword

- ・発育発達と競技活動の両立
- ・医学的根拠に基づいたトレーニング
- ・安心してチャレンジできる環境づくり

令和 12/14 ± 14:00 - 16:00 (受付 13:30)

会場: 武雄市橘公民館 武雄市橘町大日片 8507-7

第3回

予約締切
会場 / 1月5日(日)
オンライン / 10日 12:00

松本 恵さん

管理栄養士
公認スポーツ栄養士

『ニュートリション
～栄養をととのえる』

Keyword

- ・食と身体づくり
- ・栄養摂取のタイミング
- ・自分でできる栄養チェック

令和 1/12 日 14:00 - 16:00 (受付 13:30)

会場: ケーブルワン スポーツパークサブアリーナ



主催・お問い合わせ

SAGA 武雄温泉スポーツコミッション

事務局: 佐賀県武雄市スポーツ課

TEL: 0954-27-7091

共催



Otsuka 大塚製薬

後援

佐賀県

参加フォーム URL Facebook

事前
申込



SAGA 武雄温泉スポーツコミッション 令和6年度「スポーツウェルネス支援事業」

本事業は、スポーツ庁令和6年度「スポーツによる地域活性化推進事業(スポーツによる地域活性化・まちづくり担い手育成総合支援事業)(多角化支援)」の助成を受けて実施します。