

平成29年度基礎体力づくり指導者講習会 実施要項

- 1 趣 旨 スポーツの楽しさや、スポーツとの良い出会いを提供できる指導者の指導力と資質の向上を図る。
- 2 主 催 福井県教育委員会
- 3 期 日 平成30年2月12日（月祝）
- 4 会 場 福井県営体育館（サブアリーナ、会議室3）〔福井市福町3-20 TEL0776-36-1544〕
- 5 講習内容 「CASQ（キャスク）スピードトレーニング」
 C（コーディネーション） バランスやリズムなど、身体を安定させ自由自在に動かせる能力
 A（アジリティ） 「敏捷性」 素早い方向転換や切り替えし、左右前後への速い移動
 S（スピード） トップスピード「ストライド×ピッチ」
 Q（クイックネス） 「素早さ」 止まっている状態からの早い反応とその動き
 どうやったらもっと速く走れるのか、どうしたらもっと素早く動けるようになるのかなどをテーマに、「動く」と「走る」部分の上記能力の向上を目的としたトレーニングです。また、走り方がわからない、バランスを良くしたいなど、様々なスポーツ環境にも対応できます。
- 6 講 師 NPO法人スポーツエクスパンド 長谷川 憲司 氏（キャスクスクール統括コーチ）
 高橋 昂吾 氏（スクールマスター）
 和田 英治 氏（スクールスペシャルアドバイザー）

7 日 程

9:00	9:30	9:40	10:40	11:50
受 付	開 講 式	講 義	実 技	質 疑 応 答 閉 講 式

- 8 対 象 者 ・保育園、幼稚園、小学校の教職員
 ・市町スポーツ推進委員
 ・スポーツ指導者バンク登録者
 ・競技団体指導者
 ・市町教育委員会社会体育担当者
 ・総合型地域スポーツクラブ指導者
 ・スポーツ少年団指導者
- 9 申込方法 **2月2日(金)**必着で下記宛にFAXまたはメールでお申し込みください。
 定員・・・**50名** 申込多数の場合は先着順とさせていただきます。なお、定員に達した場合はこちらからお断りのご連絡をさせていただきます。
連絡がない場合は、受付していますのでご参加ください。
- 10 持 ち 物 動きやすい服装、室内シューズ、タオル、水分補給用の飲み物
- 11 そ の 他 環境への配慮から、来場に際しましては、できる限り公共交通機関をご利用ください。
 また、自家用車の利用に際しましては、アイドリングストップにご協力ください。

【申し込み、問い合わせ先】

〒918-8027 福井市福町3-20
 福井運動公園事務所 指導普及課 松岡 成祐
 TEL : 0776-36-1544 FAX : 0776-36-1591
 E-mail : s-matsuoka-gy@pref.fukui.lg.jp