

令和8年度石岡市スポーツ協会「怪我予防とパフォーマンスアップ講習会」

主講師補助(副講師)募集

開催日時	2026年9月12日(土) 13:00~16:00(集合11:30、解散16:30予定)
会場	石岡運動公園体育館メインアリーナ
内容	<p>スポーツ少年団の指導者や保護者などを対象とした講習会における主講師の補助。参加者への直接指導及び物品搬入や会場設営など。</p> <p>テーマ「いまさら聞けないストレッチングと体幹トレーニング講習会」</p> <p>講習会の目標</p> <ol style="list-style-type: none">1. ストレッチングの基礎知識(種類・効果・実施方法)を理解する。2. 体幹トレーニングの目的と正しい実施方法を理解する。3. 日常生活やスポーツ活動に活かせるセルフケア能力を向上させる。 <p>〈講義〉「ストレッチングと体幹トレーニングの基礎」</p> <p>〈実技〉ストレッチング実技・体幹トレーニング実技</p>
謝金	IBAT 規程に基づく(昼食提供あり)
募集人員	3名
申込必要項目	①氏名 ②個人賠償責任保険加入の有無
申込方法	メールにて、上記必要項目を記入し送信してください。件名には「石岡市スポーツ協会講習会」と記入してください。
申込先アドレス	kensyu@ibaraki-at.jp
申込メ切	2026年6月15日(月)

※ エントリー多数の場合には事務局で選考させていただきます。