

ジュニア期に必要な

「SAQトレーニング」

スピードトレーニングで総合的な速さを身に付けよう!!

SAQとは・・・

S→スピード

(直線的な速さ)

A→アジリティ

(敏捷性、方向転換の速さ)

Q→クイックネス

(刺激に反応し早く動き出す速さ)

7/27(土)

講師 **田中 和幸氏**

株式会社クレマージャパンSAQ事業部部長
日本体育協会公認アスレチックトレーナー
日本SAQ協会認定レベル3インストラクター

この講習会は、公益財団法人日本体育協会
公認スポーツ指導者の資格更新のための義
務研修となります。
詳しくは開催要項(裏面)をご覧ください。

時間：午後1時～2時(講義)

午後2時～5時(実技)

場所：北上陸上競技場第3会議室(講義) 北上陸上競技場室内走路(実技)

対象：北上市内でスポーツ指導をしている方、選手の保護者、講習内容に関心のある方(高校以下不可)、
日本体育協会公認スポーツ指導者。

定員：50名(定員になり次第〆切)

受講料：北上市内在住及び北上市内勤務者、市内スポーツ団体の指導者は無料。
それ以外の方は800円を当日会場にて徴収いたします。

持ち物：筆記用具、運動靴、タオル、飲み物

申込み：7月25日(木)までに下記まで電話、FAXまたは直接体育館へお申し込みください。

受講申込書

氏 名		電話番号	
住 所	〒		
指導対象		指導種目	
所 属		指導歴	
今回の講習会に対する質問等ございましたら記入してください。			

申込み
お問合せ先

財団法人北上市体育協会 TEL 0197-67-6720 FAX 0197-67-6721