

第2回ケガをしないジュニアアスリート育成事業 種目別競技力向上メニュー

【野球】



日時：2月2日（日） 午後2時

会場：今市第三小学校 体育館

講師：獨協医科大学日光医療センター理学療法士

ジュニア期のスポーツ応援プログラム第2弾！

今回は「野球力」向上のための実践的なトレーニング方法やケガ防止のためのセルフケアの指導を行います。

主に、野球に取り組む小学生を対象とした内容になりますが、保護者や指導者、他種目の競技者の参加もできます。

特別協賛 栃木県ゴルフ連盟日光支部 協賛 獨協医科大学日光医療センター

協力 日光市スポーツ少年団／日光市スポーツ指導者競技会

主催 日光市体育協会／日光市教育委員会

※申し込み方法など詳しくは裏面をご覧ください

ジュニア期のスポーツ応援プログラム
「第2回ケガをしないジュニアアスリート育成事業」

種目別競技力向上メニュー 【野球】

日 時 令和2年2月2日（日）午後2時～4時（予定）

会 場 今市第三小学校 体育館

趣 旨 スポーツをする子どもたちに、ケガや自身の身体について正しく理解しセルフケアに対する認識を高めるとともに、実技指導を通して競技力向上に繋げることを目的とする。

今回は、野球にスポットをあて競技力向上のためのトレーニング法やケガをしない体づくりについての講習を行う。

参加費 無 料

持ち物 グローブ（ボールは持ち込まないこと）、体育館シューズ、水筒、タオル

駐車場 日光市役所駐車場をご利用ください

申込〆切 1月27日（月）

申込方法 《参加申込書》に必要事項を記入の上、日光市体育協会までご提出ください。電話・FAX・メールでもお申込みいただけます。

問合せ先

日光市体育協会事務局（スポーツ振興課内）

TEL 21-5183 FAX 21-5185

メール sports-sinkou@city.nikko.lg.jp

《参加申込書》

ふりがな 氏 名	学年 (年齢)	野 球 歴 又は競技種目	住 所	電話番号
			〒	
			〒	
			〒	
			〒	

※保護者や指導者、野球未経験の方でも参加できます