

ジュニアアスリート育成プロジェクト
～走る・飛ぶ～



しんこうかい
社会福祉法人 真光会
KIDS GENKI PROJECT
事務局

「心身ともに元気な子供達を育成する」を理念に子供達の育成を支援する「SHINKOUKAI KIDS GENKI PROJECT」は、青梅市内の児童ならびに TEAM RIVER 所属アスリートを対象に「走る・飛ぶ」という様々なスポーツにとって重要な運動能力を身につけられるよう、下記の通り全17回のスポーツ教室を開催いたします。筋力に頼らず走ること・飛ぶこと、また、体幹や下半身リード、俊敏性など、様々なスポーツにとって重要な運動能力の向上を図りたいお子様にとって大変有意義なプログラムとなっておりますので、ご興味のあるかたは是非ご参加下さい。

1. 募集要項

- ・参加資格：青梅市内在住の小学生以上中学3年生まで。
- ・定員：40名（先着）
- ・参加費：22,500円（全回数分）（会場使用料、保険代、コーチ費等）
- ・実施日・時間：全17回 ①6月24日（月）（19:00～20:30） ②7月1日（月）（19:00～20:30）
③7月8日（月）（19:00～20:30） ④7月15日（月）（19:00～20:30）
⑤7月22日（月）（19:00～20:30） ⑥8月5日（月）（19:00～20:30）
⑦8月19日（月）（19:00～20:30） ⑧8月26日（月）（19:00～20:30）
⑨9月2日（月）（19:00～20:30） ⑩9月9日（月）（19:00～20:30）
⑪9月30日（月）（19:00～20:30） ⑫10月7日（月）（19:00～20:30）
⑬10月21日（月）（19:00～20:30） ⑭10月28日（月）（19:00～20:30）
⑮11月11日（月）（19:00～20:30） ⑯11月18日（月）（19:00～20:30）
⑰11月25日（月）（19:00～20:30）
- ・開催場所：若草公園野球場（青梅市河辺町8-14）※雨天決行 荒天中止
- ・内容：7つのコーディネーション能力【リズム・定位・反応・識別・連結・バランス・変換】に対してのプログラム、ジャンプとダッシュ【ピッチ（足の回転数）×ストライド（1歩の歩幅）】に対しての姿勢や身体の使い方トレーニングを中心に実施。なお初回と最終回にスポーツテストを実施しクラス分け。
- ・応募方法：下記フォームにて令和元年6月11日（火）12時から6月17日（月）12時までの間先着順（40名）にてお申し込みを受け付けます。
※お申し込みいただきました皆様には、後日、参加受理証ならびに必要な書類をお送りいたします。申込書到着後指定期日までに参加費をお振り込み下さい。



PC・スマホ共用フォーム URL <https://ws.formzu.net/fgen/S19171552/>

スマホ専用フォーム URL <https://ws.formzu.net/sfgen/S19171552/>

QR コード



・お問い合わせ先

東京都青梅市長湊 4-377

0428-23-4038

SHINKOUKAI KIDS GENKI PROJECT

事務局 担当まで

2. 講師



○大滝翔

日本体育協会認定 アスレティックトレーナー

少年野球や高校サッカー、東京国際大学駅伝部、競輪選手、プロ野球選手のトレーニング指導経験を持ち豊富な知識で、パフォーマンス向上を手助けする。トレーニング指導のスペシャリスト



梅木貴文

ランニングインストラクター

東海大～トーエネック

自身も大学三大駅伝を経験し、指導者としては

東京国際大学のコーチとして創部5年目に箱根駅伝出場へと導いた実績を持つ。

ランニング指導のスペシャリスト

【サポート選手・チーム】

荒波翔選手（プロ野球選手）・寺内崇幸選手（プロ野球選手）

渋井陽子選手（陸上競技）・阿久津有加選手（陸上競技）

川上真弥選手（陸上競技）・杉岡優磨選手（陸上競技）

大塚玲選手（競輪）・羽黒高校サッカー部（サッカー）

