

コーディネーショントレーニング

体験会

in
新潟県
長岡市

研修会



参加無料

2023 **1.7** 土

会場 **みしま会館** 〒940-2314
新潟県長岡市上岩井1260-1

陸上の元オリンピック選手や箱根駅伝で活躍している選手も取り入れている注目のトレーニング！体力向上・集中力アップなど子供から大人まで効果があります。ぜひ、この機会に親子でコーディネーショントレーニングを体験してみてください！

＼親子で楽しく体を動かそう！

10:00～12:00 **体験会** @アリーナ

対象：小学1～6年生
定員：親子25組50名

コーディネーション
トレーニングを親子で
体験します！



※保護者の方は、途中で休憩も兼ねて講話を行います。
テレビで紹介された映像や全国での実践を紹介します。

＼保護者・先生・指導者向け！

13:00～15:00 **研修会** @研修室

対象：18歳以上
定員：30名

基本的な理論と実技、
トレーニング効果や
実践事例などを紹介。



15:30～17:00 **JACOT会員限定
スキルアップセミナー**

内
容

申
込

長岡市スポーツ協会 (0258-34-2130)
へお電話、もしくは
右のQRコードより、
お申し込みください。

申込締切
1/6(金)午前12時



講
師

JACOT副理事長・認定講師

JACOT認定指導員
長岡市スポーツ協会

かの えい
菅野 映

さとう なおき
佐藤 直紀



JACOT公式
YouTube

長岡市でJACOT認定ライセンスセミナーの開催が決定！

2023 **3.19** 日

時間 10:00～16:00

会場 **みしま会館** 申込・詳細
はこちら→



NHKガッテンでも紹介されました！

子どもから大人まで効果があり、体力・運動能力
や認知機能にも好影響のトレーニング法です！

JACOTで普及している「コーディネーショントレーニング」
の理論と実践を学び、普及員ライセンスを取得するセミナー。
ライセンス取得後は「体験会」等で指導が行えるようになります。
東京都教育委員会では園や学校で10年間普及しています。
一緒に県内の学校・地域・家庭で広めてみませんか？



主催 長岡地域定住自立圏スポーツ振興部会（長岡市、小千谷市、見附市、出雲崎町）、(公財)長岡市スポーツ協会
協力 特定非営利活動法人日本コーディネーショントレーニング協会（JACOT）