

令和6年度ICTを活用したスポーツ活動推進事業 いつでも、どこでも、気軽にスポーツ
スキルアップセンター研修会 開催要項

- 1 趣 旨 中高齢者のスポーツ実施率の向上や健康増進につながる研修会を充実させ、運動指導者の知識や指導スキルの向上を図る。また、WEB配信用運動プログラムを構築、充実させることにより、県民がいつでも、どこでも、気軽に運動できる環境を整える。
- 2 主 催 秋田県
- 3 対 象 元気アップ運動認定指導者
- 4 日 程 別紙申込書のとおり
- 5 内 容 (1) スポーツ科学センターを会場に、多人数運動教室の講師となって指導する。
運動内容は、脳トレ、ストレッチ、筋トレ、有酸素運動で構成する。
(2) 運動プログラムを考え、モデルとして実践したものを動画で記録し、配信する。
- 6 会 場 秋田県スポーツ科学センター 3階体育場
- 7 申込方法 別紙申込書に御記入のうえ、FAXまたはメールで下記担当まで提出してください。
- 8 持 ち 物 運動着、上履き、水分補給飲料、タオル、指導に必要な物 等
- 9 そ の 他 多人数運動教室の指導については、秋田県の規程により旅費及び謝金をお支払いします。

【担当】

秋田県スポーツ科学センター スポーツ振興チーム
元気アッププロデューサー 佐々木 淳子
電 話：018-864-6225
FAX：018-823-0008
E-mail: aiss.sports.akita@gmail.com