

令和7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
～あきた元気アップ円熟塾連携事業～

1 目 的 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、スキルおよび対応力の向上を図る。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 派遣指導者リスト登録者

4 日 程	7月 1日 (火) 午前・午後	10月 21日 (火) 午前・午後
	7月 2日 (水) 午前・午後	10月 22日 (水) 午前・午後
	9月 9日 (火) 午前・午後	11月 18日 (火) 午前・午後
	9月 10日 (水) 午前・午後	11月 19日 (水) 午前・午後

※午前は10:00～12:00、午後は13:30～15:30
(撮影時間を含む)

5 内 容 (1) 元気アップ円熟塾で、スポーツ科学センター職員と運動プログラム（脳トレ、ストレッチ、筋トレ、有酸素運動等）や指導方法等を打合せ、連携して指導にあたる。
(2) 運動プログラム（脳トレ、ストレッチ、筋トレ、有酸素運動等）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 下記申込フォームから、お申し込みください。
【申込フォーム】 <https://forms.gle/zeQgzQg9ns2kRR4m7>

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 秋田県の規程により謝金及び旅費をお支払いします。

【担当】

〒010-0974 秋田市八橋運動公園 1-5
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 長谷部 ゆき
TEL: 018-864-6225
E-mail aiss-sp7@mail2.pref.akita.jp