

# SPORTS GAMES

## 総合型地域スポーツクラブ育成事業

### ①<チャレンジスポーツラリー> ○小学校3年生～6年生対象

「トップアスリートと一緒にいろいろなスポーツを楽しもう！」

1日で自分の希望するスポーツ1種目と主催者指定1種目の計2種目を体験します。皆さんが希望するスポーツの楽しさを知るのももちろんの事、新しいスポーツの楽しさも見つけよう。

<実施種目> ・バスケットボール ・バレーボール ・陸上競技  
・サッカー ・野球 ・ソフトテニス

⇒この中から2種目のスポーツを体験(希望種目1種目を含む)

☆時間:受付 (新町中学校) 8:50～

開会式 9:20～ プログラム 9:50～11:50

☆会場:新町中学校 住民体育館 新町小学校

☆定員180名 ☆参加費 500円

### ②<スポーツクリニック> ○中学生対象

「トップアスリートからスポーツの楽しさを学んでみよう！」

日本のトップコーチ・トップアスリートの指導のもと、1種目のスポーツクリニックを体験します。普段行っているスポーツのスキルアップと、そのスポーツの新しい楽しさを発見する事を目的としたプログラムです。

<実施種目> ・バスケットボール ・バレーボール ・陸上競技  
・サッカー ・野球 ・ソフトテニス

☆時間:受付 13:00～ (新町中学校)

○開会式(各会場) 13:25～ ○プログラム(各会場) 13:30～15:00

☆会場:新町中学校 住民体育館 新町小学校 鳥川グラウンド

☆定員:各スポーツ 定員30名 ☆参加費:500円

※受付にて各スポーツの会場をご案内致します。

### ③<親子コーディネーショントレーニング>

①5・6歳児親子 ②小学校1・2年生親子対象

「楽しく遊んで「運動神経」を高めよう」

子どもたちの遊びの動作に目をやると、バランスをとる事や、リズムに合わせてからだを動かす事が得意な子がいます。また、スポーツ選手でも「運動神経が優れている」とか、「状況判断がいい」といった表現をします。このような人達の動きに隠されているのが「コーディネーション能力」です。本プログラムでは、神経系が最も発達する時期の子どもの対象にコーディネーション能力を高めるトレーニングを体験します。

☆時間:①10:00～ ②11:10 (プログラム60分)

☆会場:新町中学校

☆定員:40組80名 ☆参加費 500円(親子1組)

※受付は9:30から行います。

### ④<栄養学セミナー(参加無料)> ○同伴保護者、指導者対象

「子どものスポーツ栄養学セミナー」

森永製菓株式会社ウイダー事業部

「ジュニアのからだ作りやスポーツのパフォーマンスを高める  
食事法をやさしく一緒に学びましょう」

“スポーツ選手は何か特別な食事をしているのではないか”と思われていませんか。実は、それ程特別な食事をしていなくても、トレーニング効果を上げるために<タイミングや内容>をちょっと考えて、賢くしているだけなのです。しかしトップアスリートになってから正しい食事をとろうと思っても、急に食習慣は変えられません。だからこそ、ジュニア期の食生活が非常に大切なのです！

☆時間:プログラム 10:30～11:30

☆会場:新町中学校(受付:同会場)

※参加記念品有

### ⑤<健康セミナー(参加無料)>

「元気に歩き続けるための運動講座」

「体力に自信の無い方でも安心してご参加頂けます！  
自分の脚で歩き続けるためのコツを一緒に学びましょう！！」

いくつになっても、自分の脚で元気に歩き続けるためには、自分の身体を支えたり、実際に脚を前に出し身体を運ぶための筋力が必要です。本セミナーは、家庭でも気軽にできて、今の筋力をずっと維持し、さらに向上させるためのトレーニングを体験しながら学びます。

☆時間:受付 12:30～

プログラム 13:00～15:00

☆会場:住民体育館(柔道場)

☆対象:50歳以上男女

#### 参加申し込み方法

お申し込みは、右記お申込用紙を、下記窓口へ直接お持ち頂くか、往復はがき又は、Eメールでお願い致します。

往復はがきの場合は、右記申込用紙に必要事項をご記入の上、往復はがきに貼付して、返信欄にご自分の郵便番号、住所、氏名をご記入の上、下記申込み先までお送り下さい。Eメールの場合は右記申込書に必要事項を記入の上、下記申し込み先にご送信ください。

・応募締め切りは、2007年2月5日(月)必着とさせていただきます。

※団体での申し込みは右記内容を一覧表にして、代表者の連絡先を添え、お申し込み下さい。

・お申込み先 お問合せ先

○〒370-1301 群馬県高崎市新町2483-2

新町スポーツクラブ事務局 宛

メール svc@bay.wind.ne.jp (携帯電話からも可)

※配布された学校への申込みや問合せはご遠慮ください

※申込み多数の場合は抽選となる場合がございます。予めご了承下さい。

※お申込み頂いた方へは、後日ご連絡させていただきます。

#### スポーツゲームズ in ぐんま 参加申込書

(ふりがな)	( )
氏名	
性別	男・女 保護者氏名
生年月日	_____年_____月_____日生まれ( )歳
学校・学年 <small>(児童・生徒のみ記入)</small>	( )学校( )年生
所属	※スポーツ少年団、部活動、サークル、クラブ等
住所	〒 -
電話	- -
FAX	- -
希望に○	希望プログラム 希望種目(1種目)
	①チャレンジスポーツラリー (小学校3年生～6年生)
	②スポーツクリニック (中学生)
	③親子コーディネーション ①10:00～ ②11:10～
	④栄養学セミナー(無料)
	⑤健康セミナー(無料)

※ラリーでの希望種目以外の体験種目は当日受付でご案内致します。