

平成30年11月8日

熊本県内ボート部各位

熊本県ボート協会 強化部

平成30年度 優秀指導者・競技者育成事業「トレーニングセミナー」の開催について

寒冷の候、皆様におかれましてはご健勝のこととお慶び申し上げます。日頃の県ボート協会の活動に深いご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、来シーズンの開幕に向け、オフのトレーニングに励まれていることと思いますが、今年度も下記の通り長内暢春氏を講師としてお迎えし、講習会を開催いたします。ご多忙とは存じますが、2019年シーズンを充実したものにすべく、多数のご参加をお待ちしています。ぜひご参加をよろしくお願いいたします。

記

- 1 期 日 平成30年12月1日(土) PM 14:00～16:30
平成30年12月2日(日) AM 9:00～11:30
- 2 会 場 熊本学園大学附属中学校ラーニングアトリウム
住所 熊本市大江2-1-21
電話 096-364-2316
- 3 講 師 長内暢春氏
戸田ナショナルトレーニングセンター(戸田NTC) 専任ディレクター
- 4 日 程 12月1日(土) 14:00～16:30 トレーニングⅠ
12月2日(日) 9:00～11:30 トレーニングⅡ&ストレッチ

*内容は体幹トレーニング、自体重を使ったサーキットトレーニングなど

*1日だけの参加も可

- 5 申し込み 平成30年11月26日(月) 必着
別紙用紙にて申し込みをしてください。(FAX、メール可)
参加料 なし
熊本学園大附属高等学校 内藤 竜一 宛て
FAX 096-372-6127
e-mail naito@kumagaku-h.ed.jp
*問い合わせ・・・携帯 090-9599-7995
* 募集人数: 80名