

○シニア・ワンポイントレッスン・
バドミントン競技で起こる障害予防のケア
○交流試合

シニアスポーツ振興事業は、高齢者のスポーツ実施率の向上を図り、高齢者の健康の維持・増進に寄与することを目的としています。

- 1、主 催 東京都、(公財)東京都体育協会
NPO法人西東京市体育協会
- 2、主 管 西東京市バドミントン協会
- 3、日 時 平成 30 年 1 月 21 日 (日) 午前 9 時 30~16 時
受付 9 時~9 時 15 分
- 4、会 場 西東京市総合体育館
- 5、参加資格 市内在住、在勤、協会員で 60 歳以上の男女とします。
(多少ゲームのできる方)
- 6、内 容 午前の部 9:30~12:00 ①シニア・ワンポイントレッスン
②バドミントン競技で起こる障害予防のケア
午後の部 13:00~16:00 交流試合
- 7、指導者 日体協公認バドミントンコーチ 宗形 一志氏
パーソナルトレーナー 加藤 淳一氏
- 8、参加費 無料
- 9、申込締切 平成 30 年 1 月 13 日 (土)
- 10、申込方法 参加申込書に記入の上、下記へ申し込んでください。
〒188-0013 向台町6-1-5-604
小倉 トシ子 TEL・FAX465-7925
- 11、その他 ☆競技中の事故(ケガ)については、応急処置の手配は行ないますが
以後の責任は負いません。
☆服装は、バドミントンウェアを着用してください。
☆外履きの靴は、ビニール袋等に入れて各自管理して下さい。
☆飲食後ゴミは、各自お持ち帰り下さい。
☆車での来場はご遠慮下さい。