

地域スポーツアドバイザー育成講座受講募集

ストックウォーキング編

彩都地域にお住まいの方の健康増進を目的に、地域のスポーツアドバイザーの育成講習会を開催いたします。今回は、ストックを使って歩くストックウォーキング(ノルディックウォーキングとも呼ばれる)を中心に、地域での普及をはかり、住民の参加を促すアドバイザーを育成いたします。

- 【内容】 全5回 受付 9:30～ 会場 彩都地域周辺
- 第1回講習会 2008年12月6日(土) 集合場所 あさぎ里山公園
 ①10:00～11:30 スtockウォーキングの実践 (昼食あり)
 ②13:00～14:00 食育についての講演
- 第2回講習会 2008年12月20日(土) 集合場所 あさぎ里山公園
 ③10:00～11:30 スtockウォーキングの実践
- 第3回講習会 2009年1月31日(土) 集合場所 あさぎ里山公園
 ④10:00～11:30 スtockウォーキングの実践
- 第4回講習会 2009年2月21日(土) 集合場所 未定
 ⑤10:00～11:30 スポーツアドバイザーの基礎知識
- 第5回講習会 2009年3月7日(土) 集合場所 未定
 ⑥10:00～11:30 ストレッチの実践 (昼食あり)
 ⑦13:00～14:00 セルフフットケア等



講師：大阪国際大学 佐藤 智明 准教授 (日本ストックウォーキング協会運営委員)
 講師：龍谷大学 井上 辰樹 准教授 (日本ストックウォーキング協会理事)
 講師：辻学園栄養専門学校 広田 孝子 教授 (管理栄養士、医学博士) 他
 参加費用：無料 定員10名程度(先着順) 雨天時は中止または講義に変更いたします。

対象：彩都にお住まいの方で、地域のスポーツアドバイザーをしてくださる方。
 かつ、20歳以上の方で、原則第1回と第5回に出席できる方。
 (受講者の方には昼食代として、500円×2回分の一部負担をお願いいたします。)
 5回の内、4回以上参加いただいた方には、彩都建設推進協議会から、彩都地域スポーツ
 アドバイザー育成講座修了証とストックウォーキング用ストックを無償提供いたします。)

主催：彩都(国際文化公園都市)建設推進協議会
 後援：大阪健康サービス産業創造協議会 協力:千里国際情報事業財団
 申込み先：彩都(国際文化公園都市)建設推進協議会 彩都地域スポーツアドバイザー育成講座係
 540-0012 大阪府中央区谷町二丁目2番22号 NSビル8階
 TEL 06-6949-3191 城まで

切り離さず 電話か、FAX(06-6945-7211)で申し込みください。

住所	〒 -		氏名			
連絡先	TEL	- -	年齢	才	身長	cm
	FAX	- -				
	E-mail	@				

参加の決定については、12月3日頃に、申込者の電話等でご連絡します。