



令和4年度スポーツ指導者研修会

スポーツに生かす

姿勢づくり

～ 研修会の内容 ～

スポーツや日常生活において、「姿勢」は大変重要とされております。
本研修会では、スポーツに生かす正しい姿勢の作り方など、実技を中心に学びます。

日時	令和5年3月30日(木曜日)	19時から20時
	(受付18時40分から)	
会場	北見市立体育センター 第2体育室 (北見市東陵町27番地)	
定員	30名(先着順となります)	参加料無料
対象	(高校生以上) スポーツ指導者及びスポーツ愛好家、研修内容に興味のある方	
持ち物	上靴、タオル、水分をご用意ください。	

申込方法

令和5年3月28日(火)までに、電話、窓口、メールにてお申込みください。(先着順、定員締め切りといたします)
(公益財団法人北見市スポーツ協会)
北見市東陵町27番地(北海道立北見体育センター内)
電話 0157-23-3131
受付用メールアドレス inoue@kitami-sports.com
メールでのお申込みの際には、件名に「研修会申込」と記載し、本文に・氏名・性別・年齢・電話番号を記載ください。



講師：^{ふじ}藤 ^{さわ}澤 ^{しお}汐 ^り里 氏

STAYGOLD ボディワークサロン代表

北海道北見市生まれ。

学生時代に筋骨格系の解剖やスポーツ動作について興味を持ち、2012年理学療法士免許取得。病院やクリニックでリハビリ従事者として日々の施術業務を行う。

2022年春、北見市にボディワークサロン「STAY GOLD」をオープン、一般の方々やスポーツアスリートなど対象は幅広く、身体に痛みや不安のある方もそうでない方にも、「動くって楽しい！」身体が変化することって楽しい！」常に前向きなレッスンをおこなっている。