

リズムトレーニング教室 開催要項

- 1 趣 旨 リズム感を高めることにより、動きにメリハリを付け、パフォーマンスを向上させるだけではなく、怪我の予防にもつながると言われる「スポーツリズムトレーニング」を体験し、体を動かす楽しみを感じるとともに、今後の競技力向上を目指すこととする。
- 2 主 催 別海町総合スポーツセンター（指定管理者：一般財団法人別海町地域振興財団）
- 3 期 日 (1) 6月2日（金）
①小学生以上の部 17：30～19：00 （定員 50 名）
(2) 6月3日（土）
①幼児の部 10：00～11：00 （定員 20 組）
②小学生の部 13：00～14：30 （定員 50 名）
③中学生以上の部 15：00～16：30 （定員 50 名）
(3) 6月4日（日）
①幼児の部 10：00～11：00 （定員 20 組）
②小学生以上の部 13：00～14：30 （定員 50 名）
※全ての日程に参加可能。1日のみの参加も可能。
- 4 会 場 別海町町民体育館アリーナ
- 5 講 師 リズムトレーニング協会認定インストラクター **橋場 俊輔** 氏
（札幌国際大学 人文学部心理学科子ども心理専攻 講師）
- 6 募集対象 町内在住の幼児（年中）～ 一般
※幼児の場合は必ず保護者も一緒に参加して下さい。
- 7 参加料 一般：300円（別途施設利用料がかかります。） 高校生以下：無料
※ただし、少年団及び部活動の指導者、幼児付き添いの大人は無料。
- 8 持ち物 動きやすい服装、運動靴（室内用）、タオル、飲物
- 9 参加申込 別海町総合スポーツセンターまでご連絡ください。
TEL 75-2882 FAX 75-0418
Eメール sports@betsukai-pf.or.jp
●申込締切 令和5年5月26日（金）
※定員になり次第受付を終了します。



スポーツセンター
LINE 公式アカウント

@betsukaisuposen