



無理なく楽しく
スポーツレクリエーション
を学ぼう！



※前回の講習会風景

シニアスポーツ指導者講習会



シニア世代を支援するには、シニアの身体的な特徴を知ると共に、自分自身も楽しむことが大切です。シニア世代だからできる運動を、対象者に合わせて、アレンジ、工夫していきます。誰でも楽しく参加できるように、スポーツレクリエーションと一緒に学んでいきましょう！

●開催日／令和7年(2025年)6月15日(日)

●開催時間／13:00～16:00(受付開始:12:30～)

●会場／東京体育館 第一会議室

●内容・講師／1部：ゆる～く動いて健康づくり！
2部：楽しく動いて健康づくり！

ゆかわ けいこ 湯川 恵子 氏
おぐら あけみ 氏

※前回の講習会風景

(一般社団法人東京都レクリエーション協会 公認講師)

●対象／シニア世代に対する運動指導に興味のある方 等

※東京都レクリエーション協会 現場実習対象事業です。

●定員／60名(定員になり次第締切) ●参加料／2,000円(税込)

●持ち物／軽度な運動ができる服装・靴、手ぬぐい(ご用意できる方)
筆記用具、飲料

●アクセス／JR中央・総武線「千駄ヶ谷駅」徒歩1分

または、都営地下鉄大江戸線「国立競技場駅」A4出口すぐ※両駅ともにエレベーターあり

※国立競技場駅でエレベーター利用の際はA2出口となります※メインアリーナからは入場できません。

お申込みは、スマイルスポーツ事業センターまで お申込み・応募ページ▶

WEB <https://smilesports.jp>



0120-612-001 ◎申込受付は4/11(金)10:00amより開始
03-6380-4243 ◎お電話でのお申込み・お問い合わせは平日10:00～17:00
◎携帯電話・スマートフォンからフリーダイヤルへの通話はできません

「スポーツしたい！」をアシストする
スポーツ案内サイト

東京のスポーツ案内サイト
SPOPITA
スポビタ



【個人情報の取り扱いについて】お預かりした個人情報は、スマイルスポーツ教室案内、各種アンケート、サービス提供及び教室の実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。利用目的にご同意の上申してください。個人情報に関する各種問合せは当事業団ホームページ「個人情報の取扱いについて」を参照ください。また、当事業の様子は記録用にスタッフが撮影させていただくことがあります。撮影した写真は当事業団のホームページや今後の事業告知チラシ等で使用させていただく場合がありますので、予めご了承ください。写真の使用を許可しない方は、当日受付スタッフまでお申し出くださいようお願いいたします。