

(公財)氷見市スポーツ協会  
スポーツキッズセミナー

スポーツをしている小学生のための講座です。どんな競技も『姿勢』はとても大切です。今の自分の体を知り、整えることで、ケガの予防やパフォーマンスアップにつながります。練習の時間以外におうちで取り組めることもありますので、保護者、指導者の皆さんも一緒に参加してくださいね。



# 姿勢が変わると 動きが変わる

ーケガを防いでパフォーマンスアップ講座ー 参加者募集!

富山ドリームスの選手と一緒に  
動きやすい体を手に入れよう！

- 主 催 (公財)氷見市スポーツ協会 スポーツ医・科学委員会  
後 援 氷見市教育委員会  
日 時 令和7年12月21日(日) 16:30~18:00 (受付 16:00~)  
会 場 氷見市ふれあいスポーツセンター 柔道場  
対 象 氷見市内のスポーツに関わる小学4年生~6年生と保護者及び指導者  
講 師 (一社)富山ドリームス トレーナー 磯谷佳世 氏  
富山ドリームスの選手も参加してくれます♪  
参 加 料 無料  
定 員 50名  
持 ち 物 飲み物、タオル、動きやすい服装  
申 込 み QRコードを読み込み、申し込みフォームからお申込みください  
受付期間 令和7年11月15日(土)~令和7年12月19日(金)17:00まで  
※定員になり次第締切



申し込みは  
コチラ



QRコードから  
専用フォームで  
お申し込みください。  
読み込めない場合は、  
お電話でも受付可能  
です。