

知識をアップデート!パフォーマンスを高めるための

# スポーツセミナー

場所: 八幡平市総合運動公園会議室

時間: 18:30~20:00

参加料: 大人:300円 中高生:100円

全3回  
中学生以上対象

1

10.2 (木)

トレーニング理論  
を学ぼう!

2

10.9 (木)

アスリートに必要な  
呼吸トレーニング

3

10.16 (木)

SAQトレーニング  
の概要

## 講師

モリオカトレーニングクラブ代表

中軽米 敬太

### 【保有資格】

- ・日本スポーツ協会アスレティックトレーナー
- ・NSCA パーソナルトレーナー
- ・NSCA 岩手AAD

### 【指導歴】

- ・盛岡中央高校ハンドボール部 2012~
- ・岩手高校バスケットボール部 2020~



お申込み・お問い合わせはこちらから ☎ 0195-76-3237 (八幡平市体育協会松尾事務所)

表面もご覧ください