

# 令和8年度フィットネストレーニング指導者講習会 開催要項

- 1 期 日 令和8年11月15日（日）14:00～15:30 （受付13:30～）
- 2 会 場 9.98 スタジアム 陸上競技トラック内芝生（福井市福町3-20）  
※雨天の場合は室内アップ場
- 3 主 催 福井運動公園事務所（指導普及課）
- 4 内 容 「ウォーミングアップや表現運動で使えるダンスエクササイズ」  
「体幹を鍛えるトレーニング法（ヨガ・ピラティスの手法を用いて）」  
※それぞれ実技中心の内容となっています。

講師：齊藤（野村） 有香 氏

- ・福井県越前市出身
- ・陸上競技歴27年 100m ハードル・400mハードル種目で日本選手権や国体・全日本実業団等で上位入賞
- ・ヨガの魅力を知り、現在は様々な競技団体、幅広い年齢の方々に指導

- 5 対象者
- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| ・義務教育、県立学校の教職員  | ・私立学校の教職員        |
| ・幼稚園教諭          | ・保育士             |
| ・スポーツ少年団指導者     | ・競技団体指導者         |
| ・市町教育委員会社会体育担当者 | ・市町スポーツ推進委員      |
| ・スポーツ指導者バンク登録者  | ・総合型地域スポーツクラブ指導者 |
| ・スポーツ指導者を志す学生   | ・その他             |

- 6 定 員 30名（先着順）

- 7 申 込 下記のQRコード・URLから申込または担当宛にメールまたはFAXを送信  
<https://forms.cloud.microsoft/r/ZjJRafk33Y>

（〆切：11月2日（月））



- 8 持ち物 動きやすい服装、運動用外履き、汗拭きタオル、飲み物

## 【申込み、問合せ先】

〒918-8027 福井市福町3-20

福井運動公園事務所 指導普及課 高山・藤間

TEL：0776-36-1544 FAX：0776-36-1591

E-mail：y-takayama-ys@pref.fukui.lg.jp