

スピード&コーディネーションクラブ 夏休み特別プログラム

「その一歩を速くするために・・・」

「運動能力は天性のものだと思いませんか？」

「子供が本来持っている能力を最大限に引き出します！！」

8月28日(火)

テーマ: **「コーディネーション能力向上！！」**

ドイツ発祥のコーディネーショントレーニングは「分化・連結・リズム化・バランス・定位・反応・変換」などの能力のことをいい、運動能力(スキル:技術)を向上させるために必要な要素です。それぞれの競技種目によって必要とされる能力の違いはありますが、幼少期には多くの運動体験をすることが今後の成長につながるとされています。

スピード&コーディネーション(S&C)クラブとは？

運動神経や体力など、子供たちの「将来に向けての財産」をつくる教室です。

2015年4月に開校したクラブです。スポーツにおいて「走り」は全ての基本です。教室では「スピードアップトレーニング」と「コーディネーショントレーニング」を中心に行い、様々な運動体験を通して成長過程で大切な神経系への働き掛けを行っています。自分の身体を自分の意思で動かす「考えて動かす」ことを積み重ねることで無意識のレベルアップを目指します。このクラブの積み重ねが競技技術(スキル)を習得する際に優位に働き、子供たちの競技力向上に必ず繋がります。

また、クラブでは年間を通じて、数種目の「タイム測定」を行っています。個人差は当然ありますが、ほぼ全てのメンバーがトレーニング開始時からタイムを縮める事ができました。



講師 野口 研治(T&F.netKOBE代表) ※詳しくは裏面参照

T&F.netKOBEとは？

10年程前から小学生を対象に陸上教室を開催し、速く走ることはもちろん、身体の使い方やトレーニング方法を楽しく指導しております。一人でも多くの子供達に『体を動かすことの楽しさ』『スポーツを通じて目標を達成したときの喜びや「人」との出会い』を伝える活動を行っております。HPから日々の活動ブログが見られます。(http://www.tf-kobe.net)

【企画・運営】一般社団法人 神戸フットボールクラブ Sports & Culture かもめ **スポーツくらぶ**

651-0085 神戸市中央区八幡通3-2-5IN東洋ビル201 クラブHP: http://www.kobe-fc.com/

【お問合せ先】 TEL: 078-252-7130 / mail: kamome@kobe-fc.com 担当: 倉



スピード&コーディネーションクラブ

☆ 夏休み特別プログラム 募集要項 ☆

対 象	小学1年～6年生の男女
定 員	前半クラス(新1～3年) 40名程度 後半クラス(新4～6年) 40名程度
開 催 日	2018年8月28日(火)
時 間	新1～3年 17:00～18:15(受付:16:45～) 新4～6年 18:15～19:30(受付:18:00～)
会 場	磯上公園球技場 (神戸市中央区八幡通2-1-20)
参加費	1,000円 ※費用は参加当日に持参して下さい。
持ち物	運動できる服装、運動靴、水筒
講 師	野口 研治(T&F.netKOBE代表) 競技歴約20年。小学生指導歴10年。西宮・摩耶トラック&フィールドクラブコーチ、神戸トラック&フィールドスクールコーチなど他多数かけっこ教室で指導。自身も2016年近畿・兵庫マスターズM35の部100m・400mの2冠達成。現在も100mを11秒台で走る。 2015年4月から神戸FCが主催するスピード&コーディネーションクラブの講師を務める。 ・ドイツライプチヒ大学公認コーディネーショントレーナー ・公益財団法人日本陸上競技連盟公認ジュニアコーチ ・日本SAQ協会公認SAQレベル1インストラクター 他
申込方法	下記、申込用紙に必要事項をご記入の上、メール、電話、FAXまたは郵送にてお申し込みください。(必要事項をメール本文にご記入下さい) ※FAXの場合、定員に達している場合を除きこちらから受付確認を行いませんが当日ご参加下さい。
お申込 お問合せ先	(一社)神戸フットボールクラブ 担当:倉 ①メール: kamome@kobe-fc.com ②TEL:078-252-7130 ③FAX:078-271-1213 ④郵送:651-0085 神戸市中央区八幡通3-2-5IN東洋ビル201
〆切	2018年8月27日(月)
そ の 他	当日、天候が怪しい時は、神戸FC雨天専用電話(078-252-7996)もしくは「かもめ活動ブログ」 http://kamome-sc.sblo.jp/ (携帯閲覧可)にてご確認下さい。

☆ スピード&コーディネーションクラブ(定期教室)第1期(9月～12月)は8月中旬から募集をスタートします ☆

----- (FAXの場合はそのまま送信して下さい) -----

☆ 参加申込 ☆

お名前:	新学年:
保護者名:	緊急連絡先: