

指導者・保護者のための

# 開脚跳び & 逆上がり講座



スポーツ医科学センター 器械体操教室 選手コースの専門コーチが、指導方法と補助方法をわかりやすく丁寧に説明する講座です。今指導に携わっている方はもちろん、将来指導者になりたい方、お子様が開脚跳びや逆上がりにチャレンジする時の備えに、と思われる方などのご参加をお待ちしています！

## ◆教室概要

1. 会場 横浜市スポーツ医科学センター 大アリーナ
2. 日時 平成31年3月30日(土) 10:30~12:00
3. 対象 子どもの体育指導に携わる方・関心のある方(16歳以上)
4. 定員 40名
5. 参加費 無料
6. 持ち物 動きやすい服装(シューズ不要)・飲み物・タオル・筆記用具

## ◆お申込みについて

1. 受付期間 平成31年3月15日(金) 10時~ 定員になり次第終了
2. 事前申込制 お電話または直接来館【総合受付】にてお申込みください。  
※お問合せ先につきましては裏面をご参照ください。
3. 注意事項 (1)お申込みは、1回のお電話につき1名分とさせていただきます。  
ご友人等の代理申し込みはご遠慮ください(ご家族可)。  
(2)先着順のため、定員に達した時点で締め切らせていただきます。  
(3)教室の撮影・録音・SNS等への記事の投稿はご遠慮ください。

## ◆当日について

1. 受付は大アリーナ前にて10時から行います。着替えを済ませた上でお集まりください。
2. 講座中、体調等により実技体験を見送る場合は、室内で見学していただくことも可能です。

※横浜市スポーツ医科学センターへのお申込み・お問い合わせ・アクセス等は裏面をご参照ください

## 交通及び 駐車場のご案内

### 【交通】

- JR横浜線・新幹線「新横浜駅」北口下車徒歩15分
- 横浜市営地下鉄「新横浜駅」下車8番出口（日産スタジアム方面）徒歩15分
- JR横浜線「小机駅」下車徒歩10分

### 【駐車場】

- 日産スタジアム内「新横浜公園第一・第二駐車場」

※料金 2時間/400円

※スタジアムで催しがある場合は満車となる場合があります。



キャプテンわん  
(C) ゆず華  
(公財)横浜市体育協会



## ◆お問い合わせ先・お申込み先◆

横浜市スポーツ医科学センター【受付】（指定管理者：公益財団法人 横浜市体育協会）  
〒222-0036 横浜市港北区小机町 3302-5 日産スタジアム内  
（JR 横浜線・市営地下鉄 新横浜駅から徒歩 15分）

**電話 045-477-5050**

ホームページ <http://www.yspc-ysmc.jp/>（「スポ医科」で検索！）

**※受付時間 日曜・祝日は9時～16時 その他曜日は10時～20時**