

# 競技に向けて 第一歩！



「さらに上のランクを目指したい」  
「スキルアップしたい」

そんな方にピッタリおススメの教室！



## アスリートサポート

### 水泳選手育成教室

競技会出場を目指す方が対象です  
大会で活躍できる選手の  
育成を行います！

### 障がい者スポーツトレーナー によるサポート

日本障がい者スポーツ協会公認の  
障がい者スポーツトレーナーが身体  
の使い方を基本からサポートします！

### アスリート育成 ～ハイブリッド型～

今後アスリートとして活躍を目指す  
人達の基本的なコンディショニングや  
アスリートに必要な基礎的な知識を  
身につけ、競技パフォーマンスを  
更に向上させましょう！

## アスリートサポート

教室名	対象	定員	場所	実施日	時間
水泳選手育成教室	障害児者	20名 (申込制)	プール	【土曜日 全6回】 5/7 7/2 9/3 11/5 1/7 3/4	17:30～19:30
障がい者 スポーツトレーナー によるサポート (個人向け)	障害児者 介護者または 指導者	各日2名 (申込制)	多目的室	【金曜日 4回】 5/27 8/26 11/25 2/17	①17:30～18:30 ②18:30～19:30
アスリート育成 ～ハイブリッド型～	競技会出場経験のある 知的障害者 (30歳以下) 介護者	10組 (申込制)	体育館	【日曜日 全4回】 5/1 8/7 11/13 2/12	9:30～11:30
	競技会出場経験のある 身体障害者 (30歳以下) 介護者	10組 (申込制)	体育館	【日曜日 全4回】 5/1 8/7 11/13 2/12	13:30～15:30

申込

HP掲載の申込書に必要事項をご記入の上、メール、FAX、郵送または来館時にご提出ください

お問合せ



03-3907-5631



03-3907-5613

東京都障害者総合スポーツセンター

