

# 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！

※申込制となります

## 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！

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！

### パラスポーツトレーナー によるサポート

日本パラスポーツ協会公認の  
パラ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！

クラブ活動支援事業  
(団体向け)

センターを中心に活動している競技団体やクラブの活  
動を支援します。競技力向上を目的に、安定した活動  
場所を提供します。

アスリートサポート ◆：【全日程参加型】予定している開催日時**すべてに参加できるかたのみ**受け付けております

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】 5/6 7/1 9/2 11/4 1/6 3/2	17:30～19:30
パラスポーツ 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】 5/19 8/18 11/10 2/16	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 介護者 競技クラブ関係者	10組 (申込制)	体育館 研修室	【日曜日 全4回】 6/4 8/5(土) 9/17 2/25 ※6/4と9/17は実技のため オンライン参加は出来ません。	9:30～11:30
	競技会出場経験の ある身体障害者 介護者 競技クラブ関係者	10組 (申込制)	体育館 研修室	【日曜日 全4回】 6/4 8/5(土) 9/17 2/25 ※6/4と9/17は実技のため オンライン参加は出来ません。	13:30～15:30
クラブ活動支援事業 (団体向け)	競技団体 競技クラブ	要相談	各スポーツ 施設	要相談	要相談

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

