

勝利と成長を両立するリカバリー 戦略～ジュニアアスリートを伸ばす 休養教育の視点～

会場

北とぴあ 7階第2研修室
北区王子1-11-1

JR京浜東北線王子駅北口
東京メトロ南北線王子駅下車徒歩2分

開催日時

令和8年

1月27日（火）

18:45～20:15

（18:30 受付開始）

【講師】

あべ たかゆき

阿部 隆行 氏

- ・玉川大学教育学部教育学科准教授
- ・玉川トレーナーチーム顧問
- ・横浜市立中学校部活動コーディネーター（S&C担当）
- ・元都立学校保健体育科教員／野球部顧問
- ・NSCA公認ストレングス&コンディショニングスペシャリスト
- ・日本スポーツ協会ジュニアスポーツ指導員



参加対象

- ①ジュニアスポーツ指導者の方
- ②運動しているお子様を持つ保護者の方
- ③子どもにスポーツの楽しさを伝えたい方

*申込方法：北区ホームページまたは電話

*申込期間：令和8年1月19日（月）まで

参加費
無料

定員:40名
（先着順）

お申込み



<https://www.city.kita.lg.jp/culture-tourism-sports/sports/1010365/1024820.html>

☎ 03-5390-1135（北区スポーツ推進課スポーツ支援係）

主催：東京都北区