



第91号

# レッツスポーツ!!

## Let's Sports!!

平成22年3月1日  
発行  
財団法人 稚内市体育協会  
会長 門間 松美  
〒097-0027 稚内市富士見4丁目  
稚内市総合体育館内  
(財) 稚内市体育協会事務局  
TEL28-1111/FAX28-1112  
E-mail:taikyo@wakkanai-sports.or.jp  
URL http://www.wakkanai-sports.or.jp



### ストレッチと筋力の習得を!

#### 指導者研修会兼トレーニングセミナー開催

平成21年度の財団法人稚内市体育協会指導者育成事業は、総合体育館トレーニング室に備えられている最新の器具やチューブを使って目的別トレーニングの方法などを学ぶ

平成21年度の財団法人稚内市体育協会指導者育成事業は、総合体育館トレーニング室に備えられている最新の器具やチューブを使って目的別トレーニングの方法などを学ぶ

- ◆日時 平成22年3月14日(日) 午前9時20分
- ◆会場 総合体育館
- ◆講師 五十公野 修氏 (富士見4丁目) (有イブミック 代表取締役)
- ◆申込み 事務局へ (Tel 28-1111)

## 普及・振興事業【サッカー講習会】 これぞJリーガー 名波のテクニックだ!!!



講師プロフィール

名波 浩  
【ジュビロ磐田アドバイザー・解説者】



- 静岡県藤枝市出身  
清水商業高校↓順天堂大学↓  
ジュビロ磐田↓ACヴェネチア  
(イタリア)↓ジュビロ磐田↓  
セレッソ大阪↓東京ヴェルディ  
↓ジュビロ磐田
- バルセロナ五輪  
W杯フランス大会日本代表  
Jリーグベストイレブン4回



小澤 優  
【ジュニアサッカースクール「SKY」コーチ】



宮部 浩二  
【ジュニアサッカースクール「SKY」コーチ】

平成21年度普及・振興事業の「サッカー講習会」が、2月20日(土)午後から総合体育館で開催されました。市内のサッカースポーツ少年団員や、中学生およそ180人が、世界選手権元日本代表のJリーガー名波浩氏ほか2人のサッ

カースクールコーチから小学生低学年・高学年・中学生それぞれの年代に合わせた練習方法などの手ほどきを受けたほか、Jリーガーならではの高度なテクニックが披露されました。

### 熱血指導に美りの講習

講習会は、年代を3段階のグループに分けた指導がおこなわれ、小学生低学年グループには、おにごっこを織り交ぜた準備体操から始まり、ドリブルやリフティングの基本など、わかりやすい指導がなされました。

小学5・6年生の高学年グループは、パスやフェイントを取り入れた基本練習のほか、ミニゲームを通じて適切なアドバイスを受けています。

市内4校から参加した中学生グループは、ゲーム形式によるパス回しやボールコントロールなどハイレベルなテクニックを身に着ける練習など、講師の熱血指導による美り多い講習会となりました。また、人気の元Jリーガーによる講習会とあつて、会場の総合体育館には参加者の父母のほかにも大勢の観覧者が訪れるなど、Jリーグ人気の一端も伺われました。

## 今年度最後を飾る 北海学園大学(札幌) 卓球部(男女)の台宿



3月12日(金)から15日(月)までの日程で、北海学園大学卓球部(札幌市:総監督 ほか34人)の合宿が行

なわれます。少年自然の家に宿泊しながら、総合体育館での集中練習による競技力のアップを図ります。

総監督の本吉 敏氏は、本市(稚内高校卒)出身で、プレーヤーとして活躍されたほかこれまでに本市で開催された数多くの卓球講習会の講師としても馴染みの指導者で、この度の合宿中にも、次のおり卓球技術講習会が開催されます。

- ◆日時 3月14日(日) 午後1時30分から 4時30分
- ◆会場 総合体育館 (アリーナ)
- ◆受講料 無料

## リーダの心構えを学ぶ ジュニアリーダースクール終了

1月23・24日の1泊2日の日程で、稚内市少年自然の家では、集団活動を通してリーダーとしての心構えや知識などを学ぶ、ジュニアリーダースクールが開催されました。

## スポーツ少年団だより

市内の各種スポーツ少年団でリーダーとして活躍している、今後活躍が期待される団員およそ30人が集まり、社会教育主事の

