

**各プログラム先着30名
最大延長9/24(日)まで**

★ **大田区トップアスリート派遣事業** ★

KOBA式

サッカー日本代表
長友選手専属トレーナー

体幹トレーニング体験会

ご家族の方も参加OK!

【開催日程・会場】

10月15日
嶺町小学校
体育館

サッカー日本代表・長友佑都選手、なでしこジャパン・大儀見優季選手など世界的トップアスリートのパーソナルトレーナーとして有名な「KOBA式体幹★バランス～コバトレ」主宰の木場克己さんをお迎えして「体幹トレーニング法」を実践と共に学びます。体幹（インナーマッスル）の強化は、スポーツのパフォーマンス向上だけではなく、健康維持やダイエットなどの効果を期待することもできます！

トップアスリートを支える一流の指導が体験できる貴重な機会にぜひご参加を!

【 講師 】

木場 克己 (こば かつみ)

「KOBA式体幹★バランス～コバトレ」主宰。長友佑都選手などトップアスリートのパーソナルトレーナーを務められていることで有名。幅広い層がパフォーマンスの向上や健康維持を目的としてコバトレに取り組むことができるよう全国にてスポーツ施設等を展開。また、体幹トレーニングを紹介する著書も多数出版。

木場克己オフィシャルサイト
<http://kobakatsumi.jp>



コバトレ
受けないなんて
もったいない!



【 対象 】 嶺町小学校 全児童 および 保護者・同居の中学生以上の兄妹

【プログラム】 **[A] 9:00 ~ 9:45 / 1~4年生** (受付 8:30~)

[B] 10:15 ~ 11:15 / 5・6年生、保護者、同居の中学生以上の兄妹 (受付 9:45~)

※ 申込人数によりプログラムの追加や時間帯変更の可能性があります。

※ [A][B]クラスとも、保護者の見学はOK。また保護者のみで[B]クラスへ参加もOKです。

【 定員 】 **各回 100名**

※応募者総数が定員を越えた場合は抽選となる場合があります。

【 参加費 】 大人・子どもにかかわらず **1人 500円**

※ 参加確定後、メールとお手紙でお支払い方法をご連絡します。

【 申込方法 】 詳細は裏面参照、**9月18日(月)締切**

【 主催 】 総合型地域スポーツクラブ NPO法人ベアーズ

【 協力 】 嶺町小学校、嶺町小学校PTO

【 その他 】

- ・未就学児の同伴については、プログラム進行の妨げにならないように保護者が安全管理をしていただける場合のみ、同伴OKです。
- ・当日は主催者による写真撮影があることをご了承ください。
- ・ご参加者・同伴保護者による撮影について、当日ご紹介する映像等の資料の撮影は、ご遠慮ください。実技のみの撮影はOKです。

**各プログラム先着30名
最大延長9/24(日)まで**

体幹トレーニング体験会 申込方法

「ご家庭単位」でお申し込みください

(1)申込確認メールがgmailから発信されるので、受りたいメールアドレスの gmailのドメイン解除を行う。
※ドメイン解除を行っていただけない場合は、申込確認メール、また、参加確定メール(抽選となった場合は当選メール)や、諸連絡メールが届きません。必ず、ドメイン解除を行ってください。

(2)嶺小PTOホームページよりアクセス

URL: <http://minesho-pto.com/?p=2926>



(3)①～⑩の必要事項を入力

◆参加を希望する児童(兄弟姉妹全員分)

①児童の学年・クラス ②性別 ③児童氏名(漢字・ふりがな)

◆保護者(複数の場合は全員分)

④保護者氏名(漢字・ふりがな)

※中学生以上の兄弟が参加する場合は、保護者1に保護者名を、保護者2以降に中学生以上の兄弟名を入力してください。(保護者が2名参加する場合は、保護者3以降に入力)

⑤プログラム参加希望有無 ※見学だけの場合は「参加しない」を選択してください。

⑥属性(「保護者」「中学生以上兄弟」「その他」から選択してください)

⑦サポーター申込(応募多数で抽選となる場合は、サポーター申込の方を優先します)

⑧メールアドレス ⑨緊急連絡先(電話番号)

⑩連絡事項

※未就学児の同伴がある場合は、その旨をお書きください。

※お子さんは参加されず、保護者のみ[B]クラスに参加される場合は、その旨をお書きください。

(4)パスワードを入力 * * * * * (ご不明の方は、PTOボラセンまでお問合せください)

締切 9月18日(月)

**各プログラム先着30名
最大延長9/24(日)まで**

※サポーターのお仕事は、受付・諸道具用意のお手伝い・プログラム中の見守り・講座終了後の体育館の片付け等です。(プログラムに参加される方には、見守りのお仕事はありません)

※web申込でなく、用紙による申込を希望される方は、お手持ちの紙に「体幹トレーニング体験会申込」とお書きになった上で、上記①～⑩の必要事項をご記入いただき、**9/18(月)**までに、副校長先生に提出してください。(事後作業がありますので、必着でお願いします)

紙申込は最大延長9/22(金)

9/29(金)

申込後の流れ

(1)**9/25(月)**までに、参加確定メール(抽選となった場合は当選メール)が送信されます。また、「参加確定票(抽選となった場合は当選票)」を配布します。「参加確定票」には、参加費をお支払いいただく際に、貼付していただく「参加費提出票」と、当日の参加クラスが書かれた「参加カード」が印刷されています。

(2)お手持ちの封筒に「参加費提出票」を貼り、参加費を担任の先生に提出してください。

提出締切は、~~10/2(月)~~ **10/5(木)** (予定)です。

(3)当日は、「参加カード」を切り取って、所定の時間に受付してください。

※「参加確定票」に記載する内容に変更があった場合は、当日までにメールにてご連絡しますので、前日までにメールチェックをお願いします。

ご不明点など、ご質問は、kakekko.minesho@gmail.com まで、ご連絡ください。