

# HIROSHIMA SPORTS ACADEMY マルチスポーツ

すでに決まっているスポーツの人はそのスポーツ技術と体力を更に向上させるために、他のスポーツもおこなってみませんか。まだやりたいスポーツが決まっていない人はマルチスポーツで色々なスポーツを体験し、探してみましょ。時代は二刀流！！

○講師 (株)ATHER 取締役 米澤 和洋  
[資格] NSCA 認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト特別認定  
NSCA 認定パーソナルトレーナー特別認定  
日本体育協会認定アスレティックトレーナー(AT)  
健康運動指導士

○時間 18:00~20:00 (受付 17:30~)

○会場 広島県立総合体育館 広島市中区基町 4-1  
シャープ広島スポーツセンター 東広島市八本松飯田 2-9-1  
広島県スポーツ会館 広島市西区観音新町 2-11-124 (広島県総合グラウンド内)

アカデミー生なら誰でも参加可能!  
参加無料!

日程	会場	時間(受付)	内容	備考
4月26日(土)	シャープ広島スポーツセンター	18:00~20:00 (受付 17:30~)	【共通】バルシューレ 【種目】フットサル	[持参物] ・体育館シューズ ・飲み物 ・タオル ・アカデミーTシャツ  [バルシューレ(Ballschule)] ドイツで生まれたボール遊びの教室 ボールゲームを通して様々な体の動きを経験するプログラム 「基礎運動能力」「自己肯定感」「変化に対応する力」を育成
5月31日(土)				
6月29日(日)				
7月26日(土)	広島県立総合体育館 小アリーナ		【共通】バルシューレ 【種目】棒高跳び	
8月30日(土)	シャープ広島スポーツセンター		【共通】バルシューレ 【種目】ピックルボール	
9月27日(土)				
10月26日(日)				
11月29日(土)	広島県スポーツ会館		◆講師の関係で会場や内容が変更になる場合があります。 ◆各種目で、日程が日曜日に変更になる場合があります。	
12月20日(土)				
1月31日(土)				
2月28日(土)		【共通】バルシューレ 【種目】パルクール(予定)		

※ 5/2(金)配信資料からの変更を赤字にしています。(一部除く)