



【マルチスポーツ】

マルチスポーツとは、子どもたちが複数のスポーツを同時期に行うことを指し、欧米ではごく当たり前のことになっています。しかし、日本では、1つの競技のみを行うことが多く、複数のスポーツを同時期に行う人は少ない状況です。

こうした状況を変えるべく、「マルチスポーツ部門」では、1つのスポーツにとらわれず、複数の種目を体験することで、「走る」「跳ぶ」「投げる」等をバランスよく身につけていきます。

自分の専門競技に取り組みながら、他の競技も体験してみませんか？

さまざまな動きに出会い、自分の「好き」や「得意」を見つけてみましょう！

【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です。

[バルシューレで育む3つの能力]

基礎運動能力・自己肯定感・変化に対応する力

※毎回、導入部分で実施します。

○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)

○時間 18:00~20:00 (受付 17:30~)

○会場 広島市西区スポーツセンター 広島市西区庚午南 47-1
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

日程	会場	時間(受付)	内容	備考
4月25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】ピククルボール	<p>[持参物]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体育館シューズ ・飲み物 ・タオル ・アカデミーTシャツ <p>アカデミー生であれば 誰でも参加可能!</p> <p>保護者の参加も 大歓迎!</p>
5月30日(土)				
6月27日(土)				
7月25日(土)	広島市西区スポーツセンター 中体育室	18:00~20:00 (受付 17:30~)	【共通】バルシューレ 【種目】棒高跳び	
8月29日(土)				
9月26日(土)				
10月24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】ハンドボール	
11月28日(土)				
12月19日(土)				
1月30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】バドミントン	
2月27日(土)				

※日程及び内容(種目)は、講師の関係で変更にある場合がございます。