

部活動地域移行  
先行事業

令和7年度 宮城県「体験の風をおこそう」運動推進事業

# 夢・HOCKEY・inはなやま



トップアスリートの豊かな経験と高い技術に触れよう！



リズムトレーニングでパフォーマンス向上と怪我予防も！

## 日程

2026/1/9(金)~1/10(土)

1泊2日

※9日のリズムトレーニングのみ日帰り参加可

**対象** 宮城県内の小学4年生から6年生  
中学生・高校生・学校関係者  
100名程度

**参加費** 小学生～高校生 4,000円  
大人 6,000円  
日帰り 1,000円

ご応募受付中！詳しくは裏面をご覧ください！

初心者  
大歓迎！  
ホッケー用具  
貸出可！



## 日程【2日間のスケジュール】

	16171819202122															
1/9 (金)										受付	夕食	技術指導① (リズムトレーニング) 講話		入浴等	消灯	
	7	8	9	10	11	12	13	14								
1/10 (土)	起床	朝食	部屋 点検	技術指導② 講話			閉会 行事	昼食	解散							

### 講師【リズムトレーニング指導】

**桜井 志朗 氏**

スポーツリズムトレーニング協会認定インストラクター



#### ・スポーツリズムトレーニングとは？（協会HPより引用）

→リズム感を高めることで、運動パフォーマンスを向上させ、怪我の予防にもつながる画期的なトレーニングです。

#### ・学校教育にも関係あるの？（協会HPより引用）

→リズムトレーニング先進校では体育のすべての授業に導入し、楽しみながら技能を高めることに成功している。**ぜひ体育の授業で導入してみませんか？**

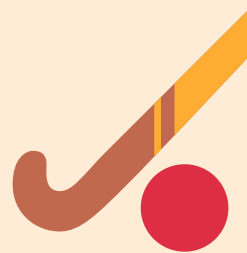
### 【ホッケー指導】

**三橋 亜記 氏** 元 女子日本代表さくらジャパン

**狩野 真美 氏** 元 女子日本代表さくらジャパン

**大場 陽成 氏** 男子日本代表サムライジャパン

**松村 洋介 氏** 男子日本代表サムライジャパン アシスタントコーチ



**申込方法 締切 12/12(金) 17時**

各団体の代表者様が取りまとめの上、メールにてお申し込みください。

個人や日帰り参加のご応募は右の二次元コードから！



詳細については、国立花山青少年自然の家HPをご覧ください。

TEL：0228-56-2311 事業担当：山田・嘉陽