

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

初心者
大歓迎！
ホッケー用具
貸出可！



ご応募受付中！詳しくは裏面をご覧ください！

日程【2日間のスケジュール】

								16	17	18	19	20	21	22
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