

オホーツクAC 監督  
オホーツクキッズヘッドコーチ  
陸上競技現役選手

金子航太 氏を講師に迎え、  
・スポーツ指導(陸上競技)を行います!  
・講演会

早く走るコツとは...!?



# ① 体力

たいりょく  
ニュースポーツ  
スポーツ指導  
体力テスト  
講演会

# ② バランス感覚

かんかく  
サイクリング  
トランポリン  
カヌー



# トコロチャレンジスクール

# ③ 持久力

じきゅうりょく  
仁頃山登山  
野外炊飯  
テント泊



# ④ 巧緻性

こうちせい  
ブルームボール  
スポーツ指導  
体力テスト



運動で身体が変わると世界が変わる!!!

全4回シリーズ

定員: 先着25名  
(全4回参加可能な方)



- ① 5月23日(土) ~ 24日(日)
- ② 6月20日(土) ~ 21日(日)
- ③ 9月12日(土) ~ 13日(日)
- ④ 1月23日(土) ~ 24日(日)

※詳しくは裏面をご覧ください

## 「チャレンジスクール」開催要項

- 1 趣 旨 様々な運動やスポーツ体験を通して、子どもの体力向上や運動習慣の定着を図る。
- 2 主 催 北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル北見
- 3 協 力 オホーツクAC監督 オホーツクキッズヘッドコーチ 金子 航太 氏
- 4 期 日 ①平成27年5月23日(土)～24日(日)【1泊2日】 集合・解散：ネイパル北見
- 5 場 所 ネイパル北見 など
- 6 対 象 小学4～6年生 **先着25名** (全4回参加可能な方)
- 7 申 込 ネイパル北見に電話でお申込ください 5月8日(金)～5月17日(日) 9～17時
- 8 費 用 ①2,600円【食事代(1日目夕、2日目朝・昼)、施設利用料金、保険代、共通経費】

参加者全員が、国内旅行傷害保険に加入します。保険の範囲内で補償を受けられますが、それ以上の補償については、各自で加入をお願いいたします。

【補償内容】死亡・後遺障害 1,000 万円、入院日額 5,100 円、通院日額 3,000 円

### 9 日 程

	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
5月23日(日)				受付 10:00～10:30	開会式	仲間 作り	昼食 ※持参	自転車入門 実際に走るコツ		ニュースポーツ		夕食	ナイト プログラム	入浴 就寝準備		就寝
5月24日(日)	起床	朝食	清掃・ 準備	スポーツ指導 (陸上競技)	体カテスト	昼食	保護者・ 家族対象 講演会	ふりか えり	解散 14:30							

**※5月24日(日)13:00よりオホーツクAC 監督 オホーツクキッズ ヘッドコーチ 陸上競技現役選手 金子 航太 氏を講師に迎え、保護者・御家族を対象に、子どもが運動・スポーツに取り組むきっかけ作りとなる講演会を行います。ぜひ御参加ください。**

- 10 持ち物 1日目昼食、健康調査票、事前アンケート用紙、ジャージ上下(運動に適した服装)、着替え、上靴、雨具、帽子、バスタオル・タオル、マイカップ、ビニール袋、洗面・入浴用具、常備薬、筆記用具、保険証のコピー、その他必要な物(館内に自動販売機あり)  
 ※「スタンプラリーパスポート」「道民カレッジ手帳」をお持ちの方は、ご持参ください。  
 ※参加者には、後日「事前アンケート用紙」「健康調査票」と持ち物について記載した「事前案内文書」を送付します。
- 11 その他
  - ・本事業中に撮影した写真、制作物、感想文等を事業報告書、広報チラシ、新聞報道、HP、フェイスブック等に利用する場合がありますので、ご了承ください。
  - ・参加に係る個人情報、本事業に関する事務及び今後の事業案内にのみ使用します。
- 12 備考 2回目以降の詳細については、後日参加者にお知らせします。
  - ②平成27年6月20日(土)～21日(日) 自転車、トランポリン、カヌー
  - ③平成27年9月12日(土)～13日(日) 登山(保護者も一緒に参加可能)
  - ④平成28年1月23日(土)～24日(日) ブルームボール、スポーツ指導

※詳しい活動内容は、現在調整中です。天候・人数等により、変更になる場合があります。



**北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル北見**

〒093-0216 北見市常呂町字栄浦 365 番地 1

TEL:0152-54-2584 FAX:0152-54-2736

E-mail: kitami@pony.ocn.ne.jp

