



滋賀県スポーツ指導者セミナー

(令和7年度地域スポーツクラブ推進体制基盤強化事業)



10月16日(木) 19:00より開催いたします 大平 雅子 氏(滋賀大学教育学部)による【睡眠とスポーツ 疲労を残さない睡眠】のオンライン講習について、下記のとおりお知らせいたします。

【睡眠とスポーツ 疲労を残さない睡眠】

パフォーマンスを上げる睡眠とはスポーツをする上で睡眠は欠かせないものです。スポーツにおいてパフォーマンスを上げる睡眠には何が必要かについて学びます。



公益財団法人滋賀県 スポーツ協会 さんがあなたをスケジュール済みの Zoom ミーティングに招待しています。

トピック: 滋賀県スポーツ指導者セミナー第13回

Zoom ミーティングに参加する

<https://zoom.us/j/96258121649?pwd=lknBa6JWhbOlxeiK5svhtBqBM6jM6b.1>

ミーティング ID: 962 5812 1649

パスコード: 568320



受講後アンケートにご協力ください。

リンク先を表示し、ご記入ください。

今後のセミナーの参考にさせていただきます

<https://forms.gle/EJbqnQys42LrGRPh9>



アンケート QR コード



8/19 今後の地域スポーツの在り方 アンケートより

少子高齢化に向けての課題と対策、地域スポーツの果たす役割、などなど非常に分かり易い内容でした。(一部抜粋)

資料の内容は、確かに進んでいると思います。
各都道府県単位で纏める事(方向性・横並び等)ができればいいですね。(一部抜粋)

部活地域移行の方法が地域によって多く有り、
地元にあうやりかたを子供たち中心にして考えて
いくことが大事だとわかりました

ありがとうございました！