

[主催] NPO 法人白河市スポーツ協会 / [後援] 白河市教育委員会

スポーツスマイリィクラブ ビギナー&レベルアップ

プラス

バレーボール教室 plus

受講者募集

活動日:

毎月2回の日曜日

活動場所:

白河市

国体記念体育館

白河市内公立幼稚園・小中学校等で導入されているコーディネーショントレーニングのなかでも、**バレーボールや球技全般に効果的なメニュー**を行いながら、各コースでスキルアップを目指します。

※ 他の競技をしている人も**クロストレーニング**として受講することで、普段行っている競技のスキルも向上します。

ビギナーコース

活動時間: 17時-18時30分

基本の動きやバレーボールを行うときに大切な考え方など、時間をかけてしっかりと指導を行います。

また、18時-18時30分の時間では、毎回レベルアップの選手と合同練習を行い、**着実にスキルアップ**を目指します。

レベルアップコース

活動時間: 18時-20時

高校、大学、社会人など、先を見据えた指導を行います。

木曜日クラスとは異なり、より個人へのアプローチを重点的に行います。また、レベルアップのために非公式の大会への参加も行います。

指導の Point

Point1 どちらのコースも、全国大会出場経験の指導者や高校生チームの監督等、レベルの高い指導者が**個々に合わせて、柔軟に**指導を行います。

Point2 受講者の疑問や質問に、**的確に、丁寧に**答えながら指導を行います。

Point3 指導者に**質問しやすい環境**が整っています。

課題を感じて練習をしているけれども、いまいち改善できない。

所属チームで、さらに活躍したい。という人等、ぜひお問い合わせください！！

お問い合わせはこちら

NPO 法人白河市スポーツ協会 〈白河市北中川原30 市総合運動公園内中央体育館窓口〉

窓口時間: 9時~17時(祝日を除く) 問い合わせ先: 0248-29-8655

※新規申込は、中央体育館(平日9時~17時)のみの対応です。