

横浜リゾート＆スポーツ専門学校

トレーナー・インストラクターの世界を体験しよう！

開催日 11月21日(土)



スポーツ業界の代表的なトレーナー・インストラクターのお仕事を体験を通じて学ぶことができます♪
運動が好きな方は是非お気軽にご参加ください！

■ 定員 / 20名 ■ 教材費 / 無料 ■ 申し込み期限 / 3日前まで申込可能

TIME SCHEDULE

- 12:45 集合
- 13:00 オリエンテーション
- 13:10 トレーナー・インストラクターについて学ぼう！
- 13:50 休憩
- 14:00 部活で使えるストレッチを体験しよう！
- 14:50 休憩
- 15:00 ウォーミングアップを学ぼう！
- 15:50 休憩
- 16:00 スタジオレッスンを体験しよう！
- 16:50 終了

[持ち物・服装／注意事項] など

インシューズ、動きやすい服装(ジャージ)、飲み物

| | | | |
|------|---|-----|--------------|
| 学校名 | 横浜リゾート＆スポーツ専門学校 | TEL | 045-317-9535 |
| 住所 | 横浜市神奈川区西神奈川1-19-2 | | |
| 最寄り駅 | 東急「東白楽」駅、JR「東神奈川」駅、京急「京急東神奈川」駅 | | |
| URL | https://www.sanko.ac.jp/yokohama-sports/ | | |