

# ケアコンディショニングサポート

あらゆる児童・生徒の健康、体力づくりをサポートします!!

- 🏀 センターでの開催、学校へのお出張も可能です♪
- 🏀 内容・実施日・時間等はお相談に応じます。



## ★ 講習会コース ★

健康づくり・スポーツ医科学センターのトレーナー、管理栄養士といった専門スタッフが「健康的な生活を送るための身体づくり」や「ケガの予防」「パフォーマンスUPのためのトレーニングや栄養」について、講習・実技指導をします!

## ★ 簡易チェックコース ★

全コース共通で体組成測定(筋肉量・脂肪量などのチェック)を実施します!

### ①体力チェックコース

<測定内容>

- ・脚伸展パワー(瞬発力)
- ・反応時間 (敏捷性)
- ・長座体前屈 (柔軟性)

＋  
体組成測定

### ②動作・姿勢チェックコース

動作や姿勢を  
簡単に評価  
(内容はお相談)

＋  
体組成測定

### ③貧血チェックコース (女性アスリートにオススメ)

- ・貧血チェック
- ・食事バランスチェック

＋  
体組成測定

### ④総合型コース

①～③すべて  
実施

＋  
体組成測定

## ★ 料金 ★

- 講習会コース：6,000円＋交通費実費
- 簡易チェックコース：550～1,100円/人（12人以上団体料金あり。お問い合わせください）

申し込み・お問合せはスタッフまで

【お問い合わせ】

公益財団法人新潟県スポーツ協会 新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター  
〒950-0933 新潟市中央区清五郎67番地12 デンカビックスワン内 ☎025-287-8806  
お問い合わせ受付時間：火～土曜日 9時～17時

