

# ジュニア期における メンタルコンディショニングと 指導者の関わり方

## 会場

北とぴあ 7階第2研修室  
北区王子1-11-1

JR京浜東北線王子駅北口  
東京メトロ南北線王子駅下車徒歩2分

## 開催日時

令和7年

1月30日（木）

18:45 ~ 20:15  
(18:30 受付開始)

## 【講師】

あべ たかゆき

## 阿部 隆行 氏

- ・玉川大学教育学部教育学科准教授
- ・玉川トレーナーチーム顧問
- ・横浜市立中学校部活動コーディネーター (S&C担当)
- ・元都立学校保健体育科教員／野球部顧問
- ・NSCA公認ストレングス&コンディショニングスペシャリスト
- ・日本スポーツ協会ジュニアスポーツ指導員



## 参加対象

- ①ジュニアスポーツ指導者の方
- ②運動しているお子様を持つ保護者の方
- ③子どもにスポーツの楽しさを伝えたい方

\*申込方法：北区ホームページまたは電話

\*申込期間：令和7年1月22日（水）まで

参加費  
無料

定員:40名  
(先着順)

お申込み



<https://www.city.kita.tokyo.jp/sports/bunka/sport/junior-spo.html>

主催：東京都北区

☎ 03-5390-1135（北区スポーツ推進課スポーツ支援係）

※個人情報は本講習会以外の目的で使用しません。