

「鳥取県スポーツアンバサダー」を **無料で派遣**

プロの指導を 直接受けられるチャンス!



Fitness Ja-んぐる (フィットネス ジャングル)

鳥取県では、スポーツや運動を楽しみたいグループに、運動指導のプロ・「鳥取県スポーツアンバサダー」を無料で派遣しています。

腰痛・膝痛の予防運動、親子や妊婦のためのフィットネス、筋力トレーニングなど、年齢や環境に応じてさまざまなプログラムを提供。

プロの指導を直接受けられるチャンス!
どしどし応募してください。

【プログラム実施内容】

派遣期間/2022年10月10日(月)~2023年1月31日(火)

- 予定回数/30回
 - 対象/鳥取県民が主催するグループ
 - 費用/無料(保険料のみ負担の場合あり)
 - 派遣地域/鳥取県全域
 - 人数/1回あたり10名程度
- ※新型コロナウイルス感染症の状況を考慮して実施

「鳥取県スポーツアンバサダー」とは

運動指導のプロフェッショナル。現在16名が登録、ヨガ・ストレッチ・腰痛ケアなど多彩なジャンルで、豊富な実績と経験を持ち活躍中です。

※派遣するアンバサダーは、相談内容に応じて決定します。

プログラム例

【誰でも楽しく】

- 椅子に座ってできる運動
- ロコモティブシンドローム予防
- 認知症・介護予防の運動と講話
- 腰痛や膝痛などの予防運動

【目指せ!健康】

- 肩凝り・腰痛予防改善のための運動
- 生活習慣病予防改善のための運動
- メタボリック症候群予防改善の運動
- 筋力トレーニング、ヨガ、ストレッチ など

【みんなでできる】

- キッズフィットネス
- ベビー親子ふれあい運動
- 産前産後のエクササイズ
- 障がい者対象のエクササイズ

※プログラム内容は、参加対象や年齢、会場の環境などに合わせてアレンジ可能です。詳しくは事務局にお問合せください。

お問い合わせ・お申し込み方法は中面をご覧ください

インターネット・メール・FAX・郵送でお申し込みいただけます。



「鳥取県スポーツアンバサダー派遣」申込用紙

①専用ウェブページでの申し込み

QRコード(又は下記アドレス)のウェブページにアクセスし、必要事項をご入力ください。

▶申し込み用ウェブページ

<https://forms.gle/6eHj6tYnVuYZdozD9>



②専用ウェブページ以外での申し込み

必要事項

下記の申込用紙に必要事項を記入のうえ、電子メールまたはFAX、郵送でお申し込みください。

▶電子メール:sports@mmtv.jp

▶FAX:0857-39-2625

▶郵送:最下部の「スポトピアとっとり推進事業」運営事務局
「スポーツアンバサダー派遣」係あて

※同日にお申し込みが重なった場合は抽選となり、お断りをさせていただくことがあります。

※入力いただいた個人情報は、本イベント参加申し込み確認のみに利用します。

【FAX用】参加申し込み書

FAX送信先：0857-39-2625

電子メールまたは郵送でお申し込みの場合は、下記の申込用紙に沿って、必要事項を記入のうえご送付ください。

申込日	令和 年 月 日 ()		
希望する 指導内容			
派遣希望日時	令和 年 月 日 ()	時 分 ~	時 分
派遣会場	住 所：		
	会場名：		
催し物の名称			
受講者	受講者層又は団体等名称：		約 名
	※団体名がなく受講者層を記載する場合は、「地域住民」「学生」「主婦」などのように記載してください。		
申込者情報	所属団体：		担当者名：
	電話番号：		
	住所：		
その他要望			

お問い合わせ
お申し込み先

「スポトピアとっとり推進事業」運営事務局 「スポーツアンバサダー派遣」係

(株式会社エムアンドエムドットコー内) 〒680-0912 鳥取県鳥取市商栄町251-4

TEL.070-5673-5558(月~金9:00~17:00 祝日は除く) FAX.0857-39-2625 MAIL.sports@mmtv.jp