

令和6年度 南富良野町スポーツ講演会



講師 阿部 弘豊

(R6.4より南富良野町職員となり、教育委員会に配属)

カヌー一歴：13年

鹿屋体育大学卒業

大学時、全国大会で2位を経験

大学時にトレーニング科学や健康運動学、スポーツ栄養学等、幅広い体育分野を学ぶ

日時 11月28日(木) 18:30～20:00

場所 保健福祉センターみなくる 大ホール

対象者 南富良野町民(中高生～大人)

内容 「目標を達成するために
～PDCAサイクルに基づいて～」
「ケガ予防のためのストレッチ」

講師 阿部 弘豊(南富良野町教育委員会)

申込 不要(当日、直接会場にお越しください)

その他 動きやすい服装、上靴持参で参加をお願いします

ダイエットから競技スポーツまで、誰でも大歓迎です！
保護者や部活の先生等の参加もお待ちしています！

