

スポーツ・レクリエーション分野

項目		
ふりがな	よこやま まさあき	
氏名	横山 正明	
指導内容 【スポーツ概論】	体操・機械体操の指導者、子供の指導（技術、指導方法 etc）	
	所要時間	要相談 指導対象者及び人数 ご相談ください
費用	①講師謝礼金 ご相談ください	
	②実費(材料費・交通費など) ご相談ください	
指導可能日時	曜日	ご相談ください
	時間	ご相談ください
指導可能地域	加茂市内	
自己PR	特になし	
資格など	保健体育教員資格（1種）	
これまでの実績	加茂体操クラブ総監督 新潟県体操協会副会長	

項目		
ふりがな	いしだ みえこ	
氏名	石田 三枝子	
指導内容【レクリエーション・体力づくり】	3B体操指導、対象者に合わせて有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチ、手遊び	
	所要時間	60分 指導対象者及び人数 親子から高齢者まで
費用	①講師謝礼金 1講座 5,000円以上	
	②実費 交通費も謝礼に含む	
指導可能日時	曜日	ご相談ください
	時間	ご相談ください
指導可能地域	加茂市内・新潟県内全域	
自己PR	3種類の用具（ボール・ベル・ベルター）を使って行う健康体操です。有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチ、あそびの運動など対象者に合わせて行い体に無理なく楽しんでいただけます。	
資格など	公益社団法人 日本3B体操協会 公認指導者	
これまでの実績	公民館講座 初心者3B体操教室 新潟市こども創造センター 親子3B体操教室	

項目		
ふりがな	ほんま よしこ	
氏名	本間 よし子	
指導内容【レクリエーション・体づくり】	3B体操 対象者に合わせて有酸素運動筋力トレーニング、ストレッチ、手遊び	
	所要時間	60分 指導対象者及び人数 成人女性～高齢女性20名位
費用	①講師謝礼金 1講座 5,000円以上	
	②実費	交通費は謝礼に含む
指導可能日時	曜日	ご相談ください
	時間	ご相談ください
指導可能地域	加茂市内・新潟市秋葉区・新潟市南区・田上町・三条市	
自己PR	3種類の用具（ボール・ベル・ベルター）を使って行う健康体操です。有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチ、あそびの運動など対象者に合わせて行い体に無理なく楽しんでいただけます。	
資格など	公益社団法人 日本3B体操協会 公認指導者	
これまでの実績	公民館講座 初心者3B体操教室	

項目		
ふりがな	なかやま まさえい	
氏名	中山 正栄	
指導内容【武道・格技】	太極拳の指導（24式太極拳、32式太極拳（つるぎ））	
	所要時間	90分 指導対象者及び人数 誰でも可、最大15名
費用	①講師謝礼金 1回5,000円	
	②実費(材料費・交通費など)	なし
指導可能日時	日曜日、13時から17時	
指導可能地域	加茂市内のみ	
自己PR	現在加茂市スポーツ協会会長 太極拳指導歴25年、優しく丁寧に指導します。	
資格など	公益社団法人 日本武術太極拳連盟公認A級指導員	
これまでの実績	加茂太極拳協会にて実技指導	