

コーディネーション トレーニング

in 北海道
2025

脳と心と身体に
刺激を与える！

コーディネーショントレーニングとは

神経と運動の発達の順番に、脳と心と体に刺激を与えて運動の学習能力を高める運動法です。導入した園や学校からは、**体力の向上、集中力への好影響、ケガの減少、姿勢の改善**等が報告されています。

幼児から高齢者まで幅広い世代に効果がある注目のトレーニングです！

ぜひこの機会に一緒に学んでみませんか？



学ぶ会

ライセンス
事前受講資格

コーディネーショントレーニングに関する、基本的な理論とトレーニング法を紹介。

9月27日(土) 13:00~16:00

会場・
対象

北海きたえーる 剣道室

〒062-8572 札幌市豊平区豊平5条11丁目1-1

18歳以上で興味のある方（定員30名）

園・学校の先生、部活動・総合型地域SCの指導者、
教育行政関係者、保護者、学生等

参加費

新規 **2,000円** ※18歳以上で興味のある方

会員 **1,000円** ※JACOT認定普及員ライセンス
（税込、受付で当日支払、保険料・資料代含む）

普及員ライセンスセミナー

18歳
以上

JACOTの提唱するコーディネーション普及する認定ライセンスの取得を目指す。

11月16日(日) 9:30~16:30

会場・
対象

北海きたえーる 剣道室

〒062-8572 札幌市豊平区豊平5条11丁目1-1

**18歳以上で学ぶ会を受講した方
またはオンライン入門講座の受講者**

園・学校、家庭、地域で正しく普及・指導したい方におすすめて。取得後は、ご自身の指導現場での活用やJACOT公認の体験会等を開催することが出来ます。

学ぶ会

締切 **9/24 (水)**



お申し込みは
こちらから



普及員セミナー

締切 **11/2 (日)**

コーディネーショントレーニングで体力・意欲・集中力をグングン伸ばそう！

JACOT公式Youtubeチャンネル



解説動画

千代田区が全ての保幼小中に導入



体育動画



普及ブックレット



全国の取組紹介
(PDF)

主催：特定非営利活動法人日本コーディネーショントレーニング協会 (JACOT) HP jacot.jp

後援：公益財団法人北海道スポーツ協会