

# 第2期 オンアイスリモートトレーニング



プロのトレーナーによる、カーリング技術向上のため  
のオンアイストレーニング。

デリバリーやスウェーブ時の、**体の使い方**を学び、  
アイスの上でトレーニング！

※講師はパソコンからリモートでの指導。  
苦米地美智子も指導・サポートいたします。

日 時：令和3年1月29日(土)14:00～15:00  
2月 5日(土)13:00～14:00  
2月12日(土)14:00～15:00  
2月19日(土)13:00～14:00

会 場：みちのくコカ・コーラボトリングリンク(盛岡市アイスリンク)

講 師：○ 信太 美紗都(しだ みさと)トレーナー

歴任：ソチオリンピックカーリング女子日本代表  
JR北海道クロスカントリースキー部  
JR北海道テニス部  
ゴルフレッスンプロ、アマチュアゴルファートレーニング指導etc

現在カーリングチームでは、チーム苦米地(MD)、富士急(女子)、常呂ジュニア  
(男子、ジュニア)の専属トレーナー。



○ 苦米地 美智子(盛岡市アイスリンク職員)

対 象：カーリング競技者(日本カーリング協会登録者)

定 員：4名

参加料：14,000円(保険料込み)

申込み：1月3日(月) 10:00 から電話にて先着順受付。

申込先 みちのくコカ・コーラボトリングリンク(盛岡市アイスリンク)

電話番号 019-601-5001

主催：(公財)盛岡市スポーツ協会  
主管：盛岡市アイスリンク