

★令和7年8月20日(水)10時受付開始！

＜部活動・愛好会・クラブ所属の小・中学生対象＞

八戸学院スポーツクリニック 2025

八戸学院では、部活動や愛好会・に所属している小学生・中学生を対象としたスポーツクリニック(サッカー・陸上競技・野球)を開催します。パフォーマンスや思考力の向上、そして、人間力の向上を図ることを目的に、八戸学院大学の教授・強化指定部指導者や選手がクリニックを担当します。

また、保護者を対象として、栄養に関する講座を開催します。栄養バランスのよい食事のとり方や運動時における食事内容について学んでみませんか？

サッカークリニック(小学生対象) 年代に合わせたトレーニングを構築して行います。



陸上競技クリニック(中学生対象) 専門種目別にトレーニングを構築して行います。



野球クリニック(小・中学生対象) 投球・打撃フォーム、捕球動作などを指導します。



※写真は2024年度のスポーツクリニックの様子

小学生対象サッカークリニック

開催日	9月16日(火)	コーディネーション
	9月24日(水)	ドリブルメニュー
	9月30日(火)	パスメニュー
	10月7日(火)	シュートメニュー
	10月14日(火)	総合的メニュー
時間	19時～20時30分	
参加費	各回1,000円(傷害保険込)	
場所	八戸学院大学人工芝グラウンド (雨天時:八戸学院室内練習場)	
定員	各回20名(申込順)	

小・中学生対象野球クリニック

開催日	小学生 10月4日(土)	スローイング
	中学生 10月11日(土)	
	小学生 10月18日(土)	バッティング
	中学生 10月25日(土)	
	小学生 11月1日(土)	捕球 (パート別)
中学生 11月8日(土)		
小学生 11月15日(土)	総合メニュー	
中学生 11月22日(土)		
時間	13時から15時	
参加費	各回1,000円(傷害保険込)	
場所	八戸学院大学硬式野球場 (雨天時:八戸学院室内練習場)	
定員	各回30名(申込順)	

中学生対象陸上競技クリニック

開催日	12月13日(土)	種目別基本動作 冬季練習の仕方
時間	10時～12時	
参加費	1,000円(傷害保険込)	
場所	八戸学院室内練習場	
定員	20名(申込順)	

小学生・中学生合同開催

開催日	12月14日(日)	外部コーチ等による指導
時間	小学生10時～12時 中学生13時～15時	
参加料	1,000円(傷害保険込)	
場所	八戸学院室内練習場	
定員	50名(申込順)	

栄養講座

～成長期であるジュニアアスリートの食生活について～

- ①バランスのとれた食生活とは?
- ②エネルギー過不足の予防と改善
- ③サプリメントは必要か否か
- ④水分摂取のタイミング

開催日	10月11日(土)	12月13日(土)
時間	13時30分～14時30分	10時30分～11時30分
場所	8号館1階(811教室)	
備考	栄養講座のみの参加も可能です。	

■参加するにあたっての注意事項

- (1) お申込みいただいた種目の開催前日までに、会場図・持ち物等をメールにてお知らせします。
- (2) 天候により、会場の変更、延期や中止になる場合がありますので、予めご了承ください。
- (3) クリニックの様子は、本学院の広報誌やホームページ等に掲載する場合がありますので、予めご了承ください。
- (4) 参加種目についてのアンケートにご協力をお願いします。各回終了後、メールにてご案内します。
- (5) クリニック中の写真撮影・ビデオ撮影は個人情報保護のため固くお断りしております。

■参加申し込みについて

- (1) 右記のQRコードを読み込み、参加したい種目を選択してください。
- (2) 申込みフォームに必要事項を入力して、送信してください。
- (3) 受付完了メールが自動配信されます。※メールが届かない場合は、スポーツ局担当者までご連絡ください。

■参加費について

- (1) 参加費は開催当日の受付時に徴収しますので、お釣りのないようご準備ください。
- (2) 申込みをキャンセルする場合は、開催2日前の17時までにスポーツ局担当者までご連絡ください。
連絡がなく当日不参加の場合は、参加費を徴収させていただきます。予めご了承ください。

■お問い合わせ先

学校法人光星学院 スポーツ局担当: 佐藤・武田
TEL 0178-30-1411(代) ※9:00～17:00(土日祝を除く) E-Mail s-uketsuke@hachinohe-u.ac.jp



HACHINOHE GAKUIN