

参加無料

才能、あふれだす。



参加者
大募集!

デフスポーツ種目も!

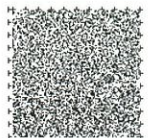
東京都 パラスポーツ 次世代選手発掘プログラム

第1回 2023
9/18 月祝 10:00-18:00
中野区立総合体育館

第2回 2023
11/23 木祝 10:00-18:00
武蔵野の森総合スポーツプラザ

「東京都パラスポーツ次世代選手発掘プログラム」事務局 **03-6824-5985**
(平日 10:00-17:00)

主催:東京都 (公社)東京都障害者スポーツ協会
後援:(公財)日本パラスポーツ協会日本パラリンピック委員会



発掘 プログラム

第1回

2023
9/18 月祝
10:00-18:00

中野区立総合体育館

第2回

2023
11/23 木祝
10:00-18:00

武蔵野の森総合スポーツプラザ

1. 測定会 ※午前中開催予定

本格的な競技を始める前に、自身の身体的な特徴や現在の運動能力を知るために、測定会を実施します。

測定
メニュー
(例)

※変更となる場合がございます。

身体測定



肩関節の柔軟性



握力



ボール投げ



そのほか垂直跳び、立ち幅跳び、20m走、3分間走など

2. 競技体験会 ※午後開催予定

① 競技体験

競技団体のスタッフの指導の下、実際に体験して自分に合う競技を見つけましょう！

② 競技相談

競技団体のスタッフ、クラス分けの専門家、障害者スポーツコーディネーターとの個別相談で、競技選択や活動開始に向けてのアドバイスを受けることができます。



最新情報はホームページをご覧ください。

体験競技 (相談会のみ競技も含む)

・2023年6月末時点の参加団体情報です。
・スタッフは来場せず、資料等での情報提供になる競技もございます。

1.陸上競技	2.バドミントン	3.ブラインドサッカー
4.ボッチャ	5.カヌー	6.自転車
7.柔道	8.パワーリフティング	9.ローイング(ボート)
10.射撃	11.水泳 ◆	12.視覚ボウリング ◆
13.テコンドー	14.トライアスロン	15.卓球
16.車いすフェンシング	17.車いすラグビー	18.スキー
19.車いすカーリング	20.デフバドミントン※	21.ろう自転車 ★
22.デフ空手	23.デフバレーボール ★	24.知的障がい者サッカー
25.デフハンドボール		

※各競技の対象となる障害種別については、ホームページをご覧ください。

★ 第1回(9/18)のみ実施 ◆ 第2回(11/23)のみ実施 ※11月回は未定

講習会

発掘プログラムに申し込んだ方を対象に、今後の目標の立て方や目標達成のために何をすべきかなどを学べる講座や、障害特性を理解して体力について学ぶ講座を開催します。

講座を受講してから、測定会や競技体験会に参加することが効果的です！

また、競技体験会終了後には、トレーニングの基礎から学べる実技講習会を開催します。

本格的な競技活動に向けて準備をしていきましょう！

※詳細はホームページに掲載の講習会のパンフレットをご覧ください。※「目標設定」講座は動画での受講となります。

目標設定

夢や目標を実現するために、どのように、日々の練習に取り組んでいくか、目標を設定して計画的に取り組んでいくことの大切さを学びましょう。

障害特性と体力について(講座)

競技スポーツに関連する障害特性や体力について学び、パフォーマンスの向上を目指しましょう。

トレーニング実技講習

トレーニングの基礎から応用まで経験豊富なトレーナーから学び、今後のスポーツ活動にいかしましょう。



2025年!デフリンピックが東京で開催されます!
本プログラムでは、大会で実施される一部の種目も体験できます。
是非お気軽にご参加ください。

〈デフリンピックとは〉

国際ろう者スポーツ委員会(設立:1924年8月24日)の主催による聴覚に障害のある、ろう者の世界最高峰の大会です。4年ごとに開催され、夏季大会と冬季大会が交互に2年おきに行われます。初開催は、夏季大会が1924年フランス、冬季大会が1949年オーストリアであり、日本では初開催となります。

発掘プログラムにおける感染防止対策について

当プログラムに安心してご参加いただくために、主催者は下記の対策を講じた上で運営してまいります。

1.主催者が講じる対策



指導者・企業団体関係者・スタッフ等については、体調のチェックを徹底いたします。



当日はマスク等を着用し、こまめな手指消毒を徹底いたします。



発掘プログラムの運営にあたっては、3つの密(密集・密接・密閉)が発生しないよう留意し、会場設営及び運営いたします。



会場内にアルコール消毒液を設置するとともに、共用部分(測定機器・トレーニング器具・机・椅子・ドアノブ・手すりなど)のこまめな消毒を行います。

2.参加者の皆様へ

- ・手洗いやマスクの着用などの基本的な感染防止対策は、感染症の拡大防止に有効です。
- ・状況に応じた自主的な判断と取組をお願いいたします。

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、内容等が変更になる場合がございます。

東京都パラスポーツ次世代選手発掘プログラムとは

- ◎これから本格的に競技スポーツに挑戦したい。
- ◎現在取り組んでいる競技があるが、他にもっと自分に適した競技がないか、可能性を試したい。
- ◎普段は健常者の試合や大会に出場しているが、パラスポーツの分野でも活動したい。

など、今後アスリートとして、国際大会での活躍を目指す皆さんが競技と出会う機会を、サポートするプログラムです。これまでのスポーツ経験は問いません。ぜひご参加ください！

応募方法

参加をご希望の方は、ホームページからお申し込みください。

※郵送での申し込みをご希望の方は、表紙下部記載の事務局へお問い合わせください。

<https://www.para-athlete.tokyo/>

東京都 パラ発掘 検索



第1回 募集締切
8/23 水

※第2回の募集については追って発表いたします。

対象者

以下の条件①～④を全て満たす方

- ① 今後、継続して競技スポーツに取り組み、国際大会などを目指す意思がある。
- ② 東京都在住、在学、在勤いずれか
- ③ 2024年3月末で年齢10歳から45歳程度まで。
- ④ 肢体不自由、視覚障害、知的障害、聴覚障害者のいずれかの障害がある。

※詳しくはホームページをご覧ください。

第1回

2023
9/18 月祝 10:00-18:00
中野区立総合体育館

<https://tokyo-nakano.lg.jp/>

- 電車でお越しの方 西武新宿線「沼袋駅」南口から徒歩5分/
JR「中野駅」北口から徒歩17分
- バスでお越しの方 京王バス(中91)「中野区立総合体育館」下車徒歩1分
- 車でお越しの方 首都中央環状線「中野長者橋出入口IC」より15分
公共交通機関でご来場ください。
お車でのご来場を希望される方は別途事務局までご相談ください



第2回

2023
11/23 木祝 10:00-18:00
武蔵野の森総合スポーツプラザ

<https://musamori-plaza.com/>

- 電車でお越しの方 京王線「飛田給駅」徒歩5分
※駅構内にエレベーターあり
- バスでお越しの方 京王バス「調33」「飛01」系統
調布駅[北口12番のりば]ー西武多摩川線多磨駅
「味の素スタジアム入口」下車
- 車でお越しの方 中央道「調布IC」より5分

