

# 令和2年度現在の鎌倉市生涯スポーツリーダー一覧

令和2年11月現在

No.	登録種目	対象者	リーダー性別	指導を行える地域
1	スノーボード	子ども、青少年	男	市内全域
2	3B体操(健康体操)	子ども、青少年、中高年	女	市内全域
3	3B体操(健康体操)	子ども・中高年、障害者	女	市内全域
4	水泳	子ども、青少年、中高年、障害者	女	市内全域
5	健康体操	中高年	女	深沢地区
6	ラジオ体操、クラシックバレエ、ヨガ、健康体操	中高年	女	市内全域
7	ヨガ	青少年、中高年	女	市内全域
8	健康体操、ピラティス、幼児体操	子ども、青少年、中高年	女	市内全域
9	ダンスサイズ	中高年	女	鎌倉地区
10	ストレッチバレエ	子供、青少年、中高年	女	市内全域
11	ヨガ、ストレッチ、体操トレーニング、柔術、セルフディフェンス	どなたでも	女	市内全域
12	バレエ、ダンス、ヨガ、ストレッチ	子ども、青少年、中高年	女	市内全域
13	ピラティス	青少年、中高年	女	市内全域
14	ヨガ	中高年	女	市内全域
15	水泳	子ども、中高年	女	市内全域
16	水泳	子ども	女	市内全域
17	高齢者健康体操・ヨガ	中高年	女	市内全域
18	子ども体操、高齢者健康体操、筋トレ・ストレッチ体操	子ども、青少年、中高年、高齢者	女	市内全域
19	レジスタンス・トレーニング、ストレッチ体操、有酸素運動、ウォーキング、ニュースポーツ	内容によって	女	市内全域
20	ダンス(フラメンコ)、体操	青少年、中高年、高齢者	女	市内全域
21	ピラティス	青少年、中高年	男	市内全域
22	健康体操	中高年、高齢者	男	市内全域
23	健康体操	中高年	女	市内全域
24	ヨガ	子ども、青少年、中高年、高齢者	男	市内全域
25	シニアヨガ・シニアストレッチ	中高年	女	市内全域
26	ズンバ、Kids Zumba、Disco World、シニア体操	子ども、中高年	女	市内全域
27	介護予防運動、ストレッチ、筋力トレーニング、筋膜リリース、ヨガ、年代に沿った運動	子ども、青少年、中高年、高齢者	女	市内全域
28	ヨガ	子ども、青少年、中高年、高齢者	女	市内全域
29	ストレッチ、バレエエクササイズ、HipHopJazz	子ども、青少年、中高年、高齢者	女	市内全域