

## 「ルートプラスマイベストチャレンジプログラム」概要

事業・活動名	ルートプラスマイベストチャレンジプログラム
主催団体名	一般社団法人ルートプラス
開催場所	福岡県内各市区町村の小中学校や公園、スポーツ施設等
事業概要	
具体的な支援内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どものクラブ会員を対象にスポーツ教室（バスケットボール、サッカー、ドッジボール等）を定期的を実施し、継続して目標達成に向けて取り組める環境を用意。</li> <li>・指導員が目標設定や目標達成を支援。</li> </ul>
対象者	会員向け
マイベスト目標の例	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体カテストの記録（短距離、ボール投げ、長座体前屈、上体起こし、反復横跳び、握力、シャトルラン）</li> <li>・50m 走タイム</li> <li>・苦手としているスポーツが得意になる</li> </ul>
参加者が行動を継続するための工夫	<ul style="list-style-type: none"> <li>・記録記入シート・目標記入シートを記載することで、進捗を把握しモチベーションを向上させる。</li> </ul>
URL	<a href="https://roouteplus.com/">https://roouteplus.com/</a>