

平成30年度 高松市スポーツ協会 指導者セミナー 兼 高松市スポーツ少年団 指導者・育成母集団研修会

【特別講演】「私の子育て論」



講師：渡邊 英幸 氏
(元熊谷組ブルーインズ所属)

ご息の「渡邊雄太」選手は、平成30年10月、メンフィス・グリズリーズの一員として「田臥勇太」以来14年ぶり2人目となる日本人NBAプレイヤーとなった。



【講義】 ジュニアアスリートのパフォーマンス向上のために～基本的なコンディショニングを大切に～

ジュニアアスリートのパフォーマンスを向上させるために、今回の研修では意外と見落とされがちな基本的なコンディショニングについて再考していきます。

どのような高度なトレーニング方法が実践されても、それに対応できるだけの心身の状態が整っていなければパフォーマンスの向上は望めません。現代社会の状況をベースにして、ベストコンディションになるようにしていきましょう。

講 師 公益財団法人日本体育協会公認アスレティックトレーナー
花房 順子 氏
伊藤 直哉 氏

- 1 日 時 平成31年3月24日(日)
午後1時から午後5時まで(受付:午後0時30分から)
- 2 場 所 高松市総合体育館 第5・6・7会議室 第1武道場
(高松市福岡町四丁目36番1号)

- 3 対象者 ・高松市スポーツ協会加盟のスポーツ団体指導者
 ・市内スポーツ少年団の指導者・保護者
 ・スポーツに関心のある方
- 4 参加費 無 料
- 5 定 員 90名 (先着)
- 6 準備物 筆記用具、運動ができる服装、屋内シューズ
- 7 申込方法 電話、若しくは別紙申込書により郵送、FAX、Eメールで
 お申込みください。
- 8 申込期限 平成31年3月22日 (金)

タイムスケジュール

12:30～	受付
13:00～	開会 主催者挨拶
13:05～	特別講演：「私の子育て論」
14:00～	講義：「ジュニアアスリートのパフォーマンス向上のために」 ～基本的なコンディショニングを大切に～
15:30～	実技：「講義を受けた内容に即した実践」
17:00	閉会

お問い合わせ 公益財団法人高松市スポーツ協会 専門部会事務局 担当：磯野
 申込先 〒760-0066
 高松市福岡町四丁目36番1号 (高松市総合体育館2階)
 TEL:087(823)2311 FAX:087(822)0120
 Mail:suishin03@taka-spo.or.jp