

コンディショニングトレーニング講習会

記

1. 目的：育成年代の指導者を中心に、4～1種年代まで繋がっていく、コーディネーション・フィジカルトレーニング等に関する実技トレーニングと講義を行い、自身が持っているパフォーマンスをしっかりと発揮できるような正しい身体の使い方、そのための、効果的なウォーミングアップ・トレーニング等を学ぶ。
2. 参加者：4種・3種・2種年代の指導者、及び選手
3. 主催：長崎県サッカー協会技術委員会 佐世保市サッカー協会技術委員会
4. 日時：平成27年7月21日（火）18時～21時、22日（水）10時～12時
5. 会場：21日（火）西海学園体育館、22日（水）長崎県立佐世保西高等学校ウィングアリーナ
6. 内容：21日（火）実技（18：00～21：00 3時間）
 - ・アクティブストレッチ・体幹トレーニング・ステップワーク
 - ・サッカー競技における身体動作の特徴・サッカー競技に多い傷害に対する予防法22日（水）指導の実践（10：00～12：00 2時間）
 - ・アクティブストレッチ・体幹トレーニング・ステップワーク
 - ・講師による、選手へ向けての指導と参加者の実践を通して、具体的な指導の方法と指導のポイントを学ぶ。（※21（火）は指導者のみ参加可。22（水）は指導者及び選手も参加可。選手は、各チーム3～5名程度）
7. 講師：株式会社NAZOO 代表取締役 並木 磨去光 氏
資格 鍼灸師、あん摩・マッサージ・指圧師
日本体育協会公認アスレティックトレーナー
略歴 1996年アトランタ五輪日本代表アスレティックトレーナー
1998年フランスW杯日本代表アスレティックトレーナー
2000年シドニー五輪日本代表アスレティックトレーナー
2002年日韓W杯日本代表アスレティックトレーナー
2004年アテネ五輪日本代表アスレティックトレーナー
2006年ドイツW杯日本代表アスレティックトレーナー
2008年北京五輪日本代表アスレティックトレーナー
その後、育成年代のU-17日本代表アスレティックトレーナーとしてU-17W杯などで2014年まで活躍され、2015年からはJ-22選抜のアスレティックトレーナーとして活動されている。
8. 参加費： 無料
9. 持参品： 体育館シューズ、トレーニングできる服装（ジャージ等）、昼食（各自で、準備をお願いします。）

参加申込方法： 7月1日（金）までに、Emailまたは、FAXにてお申し込みください。

カテゴリー	チーム名	参加者人数	氏名（複数名の申込可能）
4種・3種・2種		7/21 指導者（ ）名	
		7/22 指導者（ ）名 選手（ ）名	

当日飛び込みでの参加にも対応したいと考えておりますが、準備の都合上、事前に参加申込をしていただくと助かります。主旨ご理解の上ご協力よろしくお願いします。

○申し込み・問い合わせ先佐世保工業高校 築山

Email(tsukasa51978@gmail.com)、FAX(0956-49-8072)、TEL (090-6635-9257)