

まつやまスポーツセミナー2010

「勝つためのトレーニング」

～ オリンピック選手を育てた指導者に学ぶ ～

1. 主催 財団法人松山市体育協会
2. 後援 愛媛新聞社 NHK松山放送局 南海放送 テレビ愛媛 あいテレビ
愛媛朝日テレビ 愛媛CATV
3. 趣旨 指導者として、より専門的な知識を習得し、選手のレベルアップを図る。
4. 日時 平成22年6月27日(日) 9:00～15:00
9:00～受付 9:20～12:30 講演
13:30～15:00 実技
5. 会場 愛媛県武道館 大会議室(松山市市坪西町551 TEL 965-3111)
6. 講師 吉田 直人 先生
NSCA認定ストレングス&コンディショニング・スペシャリスト
NSCA認定パーソナルトレーナー
NSCA認定ジャパン認定検定員
山崎 圭世子 先生
管理栄養士、NSCA認定パーソナルトレーナー
7. 内容 9:20～10:50 対象:指導者及び保護者
演題 『勝つためのトレーニング学』 吉田 直人 先生
～ジュニア期の傷害予防とパフォーマンスの向上～
11:00～12:30 対象:指導者及び保護者
演題 『勝つための栄養学』 山崎 圭世子 先生
～楽しく食べて勝負に勝つ～
13:30～15:00 対象:ジュニア期の選手、指導者の方も参加可
実技 『勝つためのトレーニング実践』 吉田 直人 先生
～強くなるための正しいジュニア期のトレーニング～
8. 参加料 無 料
9. 対象者 指導者及び保護者、ジュニア期の選手
10. 定員 100人(定員に到達次第締め切ります。)
11. 申込み 平成22年6月18日(金)までに、別紙申込書にてFAXでお申し込み
ください。

まつやまスポーツセミナー2010参加申込書

団 体 名 _____

申込責任者 _____

No	氏 名	指導者	保護者	高校生	中学生	小学生	競 技 種 目
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

※指導者・保護者・高校生・中学生・小学生の欄には、該当箇所に○印を記入してください。

申込先 FAX番号 089-968-7770

財団法人松山市体育協会 宛