

参加無料

学食
無料体験つき

高校生スポーツ コンディショニング・キャンプ

トレーナーの知識を活かしてパフォーマンスを高めよう！
現役マネージャー、トレーナー志願者も大歓迎。保護者・指導者向けの座談会も行います。

2024年 **6月1日** | 土 |

- 対象
- 高校生（定員50人、事前予約制）
 - 指導者・保護者（予約不要）

会場

流通経済大学スポーツ健康センター
(龍ヶ崎キャンパス)

持物

動きやすい服装、上履き、タオル、
飲み物 など

プログラム /

1 午前の部 10:00 ▶ 12:35

- 1 チームワークを高めよう！**
コミュニケーションの大切さを体験的に学びます
- 椎名 純代**
元川崎フロンターレアカデミーアスレティックカウンセラー
- 2 コーディネーション・トレーニング**
実際に体を動かし、トレーナーの技術による体の変化を体験します
- 小粥 智浩**
ロシアW杯サッカー日本代表コンディショニングコーチ
- 3 テーピングの基本と実践「足首篇」**
学生トレーナーがサポートしますので、安心して参加して下さい
- 西田 智**
アスレティックトレーナー、博士[スポーツ医学]
- 1 トークセッション1**
怪我との向き合い方～ピンチはチャンス！
- 金久保 順**
水戸啓明高教諭
流経大サッカー部出身
元Jリーガー
- 小粥 智浩
 - 西田 智
 - 学生トレーナー

プログラム /

2 午後の部 13:35 ▶ 15:05

- 2 トークセッション2**
アスリートの心構え ～日常生活からオリンピックまで～
- 田山 寛豪**
オリンピック出場4回
トライアスロン部監督
- 西田 智
 - 学生トレーナー
- 4 正しいエクササイズフォームを身につけよう！**
怪我予防、パフォーマンス向上に繋がる正しい動作習得を目指します
- 吉川 徹**
男子バレーボール部監督、博士[スポーツ医学]
- 5 エクササイズバンドを使ったお手軽コンディショニング**
バンド一つで、効率よく全身に負荷をかけられるエクササイズを紹介します
- 西田 智**
アスレティックトレーナー、博士[スポーツ医学]

参加方法



高校生

QRコードから登録して下さい
(先着順)



指導者・保護者

直接、会場にお越しください

お問い合わせ

otsuki-takeshi
@rku.ac.jp

(流通経大スポーツ健康
科学部教授 大槻 毅)

7 保護者・教員向け座談会

- 西田 智 (10:35 ▶ 11:05)
- 小粥 智浩 (11:05 ▶ 11:35)

8 個別相談会 (15:05 ▶ 15:35)

