



日本トレーニング指導者協会(JATI)

第13回 九州・沖縄支部ワークショップのご案内

(財団法人 熊本県スポーツ振興事業団共催)

- 日時 : 平成23年3月12日(土) 13:30~17:00(13:00 受付開始)
- 会場 : KKWING 内トレーニング室
〒861-8012 熊本県熊本市平山町 2776 TEL 096-380-0783
- 定員 : 40名
- 会費 : JATI会員⇒3,000円 JATI会員以外の一般の方⇒3,500円
※当日, 受付にお支払いください。

講師及び演題

1、13:30~16:30 『しつこく土台をつくる-基礎の徹底、そしてパフォーマンス向上へ』

講師 伊藤 良彦(国立スポーツ科学センター スポーツ科学部 常勤トレーニング指導員)

【内容】

パフォーマンス向上に関わるエクササイズを展開していくときに、基礎的な段階で習得したエクササイズの応用がきかないと、応用的なエクササイズをただ進めていだけになってしまう傾向にあります。今回は、JISSで多くのアスリートを指導した経験を踏まえて、基礎的な段階でのエクササイズからパフォーマンス向上をしっかりと見据えたトレーニング指導をテーマに、参加者の方々と一緒に研鑽できればと思っています

2、16:30~17:00 『交流会』

【内容】

来年度に九州・沖縄支部で進める予定のマイオテスト事業の説明と、その他デジタルツールについてもご紹介する予定です。

お申し込み方法

- ・ 今回のワークショップは、財団法人熊本県スポーツ振興事業団と共催のため、直接下記へ申し込むか FAX またはメールでお申し込みください。
- ・ 〒861-8012 熊本市平山町 2776 熊本県民総合運動公園陸上競技場 担当 小山
- ・ TEL096-380-0782 FAX096-389-7280 メール koyama@kspa.or.jp
- ・ 氏名, 連絡先 TEL, 所属, 会員番号, 質問があれば記入してください。

お問い合わせ

・ワークショップの内容のお問い合わせ、JAT 入会等全般については JATI事務局 (TEL:03-6277-7712、メールアドレス:info@jati.jp)へお願いします。

会場までのアクセス

最寄り駅: JR 豊肥線 三里木駅

お車でお越しの方は、メイン駐車場・パークドーム駐車場をご利用ください。

詳しくは(http://www.kspa.or.jp/kk_access.html)へ。

- 当日は、筆記用具、運動のできる服装、室内シューズをご用意ください。