

JATI 関東支部 第 24 回ワークショップ

資格継続単位 JATI: 2.5 単位 NSCA: CEU 0.25 (A)

回旋をともなう動作のトレーニング

今回のワークショップでは、回旋に対する安定性と股関節や胸椎の回旋がともなう動作の改善に役立つトレーニングを通して、パフォーマンス向上と傷害予防に活用できる考え方と方法をご紹介します。



講師：緒方 博紀

国立スポーツ科学センター トレーニング指導員
修士 (体育学) 【JATI-ATI】 【CSCS】 【NSCA-CPT】 【JASA-AT】

1983年生まれ。福岡県出身。国際武道大学スポーツトレーナー学科卒業、東海大学大学院体育学研究科修了、東海大学一般体育研究室非常勤助手、NECレッドロケッツトレーニングコーチ、JTマーヴェラス S&Cコーチを経て2016年6月より現職。



(受付開始 9:30)

2017年3月26日(日) 10:00 - 12:30

会場：味の素スタジアム(体育室)

参加費：会員 5000 円，一般 6000 円，学生 5000 円

定員：30 名

会場アクセス

- ・京王線 「飛田給」 駅下車 徒歩 5 分
- ・西武多摩川線 「多磨」 駅下車 徒歩 20 分



特定非営利活動法人

JATI 日本トレーニング指導者協会・関東支部

JAPAN ASSOCIATION OF TRAINING INSTRUCTORS

お申込み <http://www.jati.jp/>
お問合せ info_kanto@jati.jp

※当日は運動できる服装と室内用シューズを忘れずにご用意ください。

当日のご連絡のみ jati.kanto+ws@gmail.com にて受け付けております