



# JATI北海道支部第20回ワークショップ

北海道支部の記念すべき20回目のワークショップにお二人の講師をお招きし、最新のトレーニング／栄養に関する情報をお届けいたします。1人目は有賀雅史氏。様々な分野においてトレーニング指導経験を持ち、独特の理論で講義を盛り上げていただけること間違いなし！2人目の小松信隆氏は北海道内を中心に病院、学校を中心に講義をされています。講義内容もさることながら、話のスペシャリストです。新しいシーズンに向けて、充実の内容となっております。たくさんの方々のお越しをお待ちしております。

■ 日時：2012年3月3日(土) 13:30～17:00 (受付13:00～)

■ 参加費： 会員 3,000円 一般 5,000円 学生(会員外) 4,000円 (定員100名)

★NSCA-CEU 0.3付与(申請中)

90分

## seminar 1

あるが まさし  
**有賀 雅史**

## 『効重力身体操作』

～アナザービュー:より効果的な動き作り～



帝京科学大学教授、1958年東京都出身。東京リゾート&スポーツ専門学校、女子栄養大学、国際武道大学の非常勤講師を兼務する。イオン新体操クラブコンディショニングコーチ、ミズノゴルフスクールフィジカルコーチ、JOC強化スタッフ(新体操)。中田英寿選手(サッカー日本代表)、西村晃一(プロビーチバレー)、大黒摩季(アーティスト)のパーソナルトレーナーを務める。著書に『ストレングス&コンディショニング I・II』、『ウィダー・フィットネス・バイブル』、『新体操公認コーチ教本』などがある。JATI理事、JATI-AATI

90分

## seminar 2

こまつ のぶたか  
**小松 信隆**

## 『トレーニング効果を最大に引き出す食べ方』

～ホルモン分泌を意識した食事法～



株式会社ウェルネスプランニング札幌代表取締役。1970年生まれ。北海道栄養短期大学～藤女子大学大学院を卒業。現在は、北海道保健看護大学、藤女子大学、天使大学、北海道体育大学など様々な学校にて講師を務める。また、今期よりJ1復帰を果たしたコンサドーレ札幌の管理栄養士として選手のコンディショニングに携わる。北海道各地を飛び回り、栄養に関する知識の普及と育成活動に力を入れている。著書に『小児栄養一実践書一』がある。

■ 会場：札幌コンベンションセンター 104・5会議室

〒003-0006 札幌市白石区東札幌6条1丁目1-1

駐車場あり：最初の2時間200円、以後30分につき100円(普通車)

■ アクセス：地下鉄 東西線東札幌駅1番出口から徒歩8分

■ お申し込み/お問合せ 日本トレーニング指導者協会 事務局

お申し込み先：<http://www.jati.jp/> 2012.3.3北海道支部ワークショップより

お問合せ先：[info@jati.jp](mailto:info@jati.jp)

