



# 沖縄県スポーツトレーナー & コンディショニング協会セミナー

"Vol, 2"

トップアスリートが実際に取り組んでいる  
トレーニングを学ぶチャンスです!!!

◎日時： 2016年4月10日(日)

◎時間： 13:00~14:50

◎会場： SOLA沖縄保健医療工学院トレーニングルーム及び講義室(宜野湾市大山7-9-8)

◎費用： 第1部1,500円(学生1,000円)

◎定員： 25名

## 《講師紹介及びセミナー内容》

☆☆☆第1部(13:00~14:50)・・・スクワットを究めよう!!!☆☆☆

大城 英稔氏



(主な経歴) JISS国立スポーツ科学センター所属、マーシャル大学大学院、CSCS  
琉球ゴールデンキングスストレンクスコーチ(2007-2012)

(内 容) スクワット動作の基本～応用、注意点。

指導現場における実際の指導方法、取り組み方やアプローチ方法。

※会場は2号館(ファミリーマート裏の建物の2階)になります。駐車場も完備しております。  
※当日は動きやすい服装で、内履き、タオル、飲み物などの準備を各自でお願いいたします。

◇主 催◇ 沖縄県スポーツトレーナー&コンディショニング協会  
◇お問い合わせ◇ ヤマシロ鍼灸整骨院、山城(098-840-4201 or 090-9071-6657)、(oyoy0364@gmail.com)