



JATI調査・研究委員会国際部会ワークショップ

JATI 調査・研究委員会では『トレーニング指導者に有益な情報の調査、研究』を目的とし、海外の団体や指導者からの情報収集を行っています。今回はオーストラリアストレンクス&コンディショニング協会より、理事長のダニエル・ベーカー博士をお招きし、現在オーストラリアで推奨されている、ジュニアからプロフェッショナルレベルに達するまでの長期成長戦略についての講義を行います。

- 開催日 2014年12月22日(月) 18:30~20:30 (受付開始 18:00~)
- 参加費 会員 4,320円 非会員 8,640円 学生(非会員) 5,400円 ※各税込
- 継続単位 2単位 ■ お申込み JATIオフィシャルサイト <http://www.jati.jp/>

18:30~20:30 講義「アスリートにおける筋力・パワーの長期成長計画」

本プレゼンテーションでは、現在オーストラリアで推奨されている筋力とパワーを長期にわたって向上させるための計画法について紹介する。この計画法は、子どもやユースレベルから開始し、プロフェッショナルレベルやエリートレベルにおいて頂点を極めるまで、トレーニング内容と方法を5-6段階にわたって変化させるという方法である。(※講義は通訳がつきます)



講師 Dr. Daniel Baker / ダニエル・ベーカー博士

(ASCA-オーストラリアストレンクス&コンディショニング協会 理事長)

筋力とパワーの測定とトレーニングに関する研究で博士号の学位を持つ。これまでに40編以上の国際研究学術雑誌(査読あり)の論文を執筆し、オーストラリア国内のジャーナルにはさらに多くの論文が掲載されている。Edith Cowan Universityのストレンクス&コンディショニングに関する修士課程の非常勤講師を務める。これまでにオーストラリア、英国、南アフリカ、ニュージーランド、アメリカで何回もカンファレンスやワークショップの講師を受け持った経験を持つ。2004年からは「オーストラリアストレンクス&コンディショニング協会(ASCA)」の会長として当協会の発行するレベル1~3の資格の内容面についての責任を負っている。元パワーリフター選手の選手としてもスポーツ科学を実践にいかに関わりつづけるべきかを熟知しており、指導者として、様々なスポーツ選手のための効果的な筋力とパワーのトレーニングに関する科学的かつ実践的知見を蓄積してきた。

1995年から昨年までブリスベン・ブロンコス(NRLラグビーリーグ所属)のストレンクス&コンディショニングコーチとして4度のナショナルチャンピオンに貢献。オーストラリアおよび海外のサッカーリーグ、ラグビーユニオン、フィールドホッケー、そしてネットボールの選手、さらにはダイビングのオリンピックチームそしてトップレベルのパワーリフティングといった種目の指導に携わってきた。



■ 会場

龍谷大学大阪梅田キャンパス
大阪市北区梅田 2-2-2(ヒルトンプラザウエストオフィス14階)
http://www.ryukoku.ac.jp/osaka_office/access/index.html

■ アクセス

- ・JR「大阪駅」桜橋出口より徒歩4分。
- ・大阪市営地下鉄四つ橋線「西梅田駅」3番出口すぐ、地下通路で直結
- ・大阪市営地下鉄御堂筋線「梅田駅」より徒歩5分
- ・大阪市営地下鉄谷町線「東梅田駅」より徒歩6分

■ お問い合わせ

JATI事務局 <http://www.jati.jp/> info@jati.jp