



日本トレーニング指導者協会 中国・四国支部 第25回 ワークショップ

「ステップ動作とアジリティー」

～床反力の活用と慣性力の制御から反応アジリティーへの応用～ **実技**



伊礼 健太郎
(株式会社BB Activation 代表取締役、JATI中国・四国支部支部長、JATI-SATI)

ステップ動作から床反力・方向転換・慣性力の制御などを見直し、アジリティーへの応用を紹介していきます。また、WITTY-SEMを用いて、反応アジリティーと一般のアジリティーの違いも体験していただけます。新たな発見があると思います。

1967年大阪府出身。香川大学教育学部卒業。高松第一高等学校、香川県立高松南高等学校において22年間教諭を務める。両校在籍中は野球部長兼トレーニングコーチとして、技術指導、トレーニング指導および他の運動部のトレーニング指導に従事し、2014年3月に退職。脳と身体のトレーニングジムBB Activationを設立し、幼児から高齢者、トップアスリートまで、幅広くトレーニング指導を行っている。日本スポーツパフォーマンス分析協会(IPAS)認定スポーツパフォーマンス分析士(IPAS-SPAS)、ISAK認定国際身体計測技師、日本健康予防医学会認定リアルインストラクター、シナプソロジー普及会認定アドバンス教育トレーナー。特別上級トレーニング指導者(JATI-SATI)、JATI中国・四国支部支部長。

交流会・名刺交換会 (15:00 ~ 16:00)

日時 2017年8月6日(日)
10:00~16:00

会場 **ヒーローズ**
パーソナルコンディショニングスタジオ
〒702-0971 岡山県岡山市北区野田2丁目3-31
TEL:086-230-6988

参加費 : (会員) 5,000 円
: (学生) 6,500 円
: (一般) 6,000 円

定員 20名(定員に達し次第、締め切ります。)

申込み <http://www.jati.jp>

また、同サイトにおいて入会手続きも受付中。



お問合せ先 JATI中国・四国支部 支部長:伊礼 健太郎 info_csk@jati.jp