

めざせ オリンピック トップアスリート養成事業

指導力向上・コンディショニング向上養成講座

対象：いわき市体育協会に加盟する各競技種目団体の指導者及び競技者

平成26年

12月13日(土)

13:00～16:00 / 受付 12:30～
いわき市立総合体育館 柔道場/剣道場

| | | |
|-------|--|---|
| 12:30 | 13:00 | 14:00 |
| 受付 | 柔道場 ①スポーツによる外傷と障害 ～医療現場での対応から復帰に向けて～ 講師：大歳憲一氏 | ②障害予防からパフォーマンス向上 ストレッチ・コンディショニング実技 講師：大高 茂氏 |
| | 剣道場 | 講師：四家卓也氏 |

※ビデオメッセージ出演/横山 貴明 投手【東北楽天ゴールデンイーグルス】

12月14日(日)

9:00～12:00 / 受付 8:30～
いわき明星大学 AV大講義室

| | | | |
|------|--|-------|--|
| 8:30 | 9:00 | 10:20 | 10:30 |
| 受付 | ③水分摂取について ～水分はどう摂るべきか～ ④栄養管理について ～家庭で出来る栄養管理～ 講師：大塚製薬 株式会社 | 休憩 | ⑤2020年東京オリンピック・パラリンピックを見据えて ～スポーツ指導のあり方と事故予防～ (質疑応答含む) 講師：武藤芳照氏 |

目的 2020年東京オリンピック・パラリンピック開催決定を受け、市民の開催への機運を高めるとともに、市内スポーツ関係者の競技力向上を目的として、国内においても著名な指導者等を招き、指導者及び競技者に対し、スポーツ障害等に関する講演及び障害予防やコンディショニング向上に関する実技指導等を行う。

内容 13日：①スポーツによる外傷と障害
～医療現場での対応から復帰に向けて～
②障害予防からパフォーマンス向上
～柔軟性の獲得、コーディネーション能力向上へ～
14日：③水分摂取について ～水分はどう摂るべきか～
④栄養管理について ～家庭で出来る栄養管理～
⑤2020年東京オリンピック・パラリンピックを見据えて
～スポーツ指導のあり方と事故予防～

講師 武藤芳照(日体大総合研究所所長 医師)
大高 茂(switch project 鍼師・灸師)
大歳憲一(福島医大 整形外科医師)
四家卓也(福島労災病院 理学療法士)

主催 いわき市教育委員会

主管 いわき市体育協会

協力 福島SPT(Sports & Physical Therapy)研究会
一般社団法人 福島県理学療法士会
大塚製薬 株式会社



武藤芳照

一般
聴講可