

平成 29 年 11 月吉日

公益財団法人 日本陸上競技連盟  
専務理事 尾縣 貢(公印略)

「第 38 回日本陸上競技連盟トレーナー研修会」開催のお知らせ

拝啓 時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、今冬もトレーナーセミナー修了者の方々を対象として研修会を開催いたします。

今回のテーマは、「怪我予防とパフォーマンス向上を繋げるためのトレーニングプログラム構築」です。

陸上競技に関わるトレーナーにはケアや治療のスキルが強く求められますが、最近では傷害予防やパフォーマンスアップに関わるトレーニングの指導を求める選手も増えてきました。

これまで陸連トレーナー部ではトレーニングに関する内容を扱ってきいていなかったことから、今回は外部から講師をお招きして、トレーニングの考え方やプログラミングの仕方をご紹介します、

皆様ご多忙の時期とは思いますがぜひご参加ください。

敬具

公益財団法人 日本陸上競技連盟 医事委員会トレーナー部長 岩本 広明  
準備委員長 加藤 基

記

主催 : (公財)日本陸上競技連盟

運営 : (公財)日本陸上競技連盟医事委員会トレーナー部

開催日程 : 2018 年 1 月 7 日 (日)

会場 : 味の素ナショナルトレーニングセンター 大研修室

受講料 : ¥5,000 ※受講料は当日集金いたします

定員 : 100名(先着順)

プログラム	10:00~	受付, 事務連絡
	10:30~11:30	トレーナー部総会 (医事委員長挨拶/アンチドーピング 2018/日本代表帯同報告)
	11:30~12:45	休憩
	12:45~15:45	講義 『怪我予防とパフォーマンス向上を繋げるためのトレーニングプログラム構築』 (桂良太郎先生: Best Performance Laboratory 代表)
	15:45~16:00	休憩
	16:00~16:40	情報共有
	16:45	終了予定

申込方法 : 下記へアクセスし、必要事項をご入力の上お申込みください。

<http://www.jaaf.or.jp/about/resist/trainer/>

【申込締切】 **2017 年 12 月 15 日(金) 18:00 必着**

**※先着順で申し込みを受け付けます。**

**定員を超え、参加をお断りする場合にはのみ 12 月 20 日(水)までにご連絡致します。**

その他 : ①ご不明な点は下記まで E-mail または FAX にてお問い合わせください。

担当者より折り返しご返答させていただきます。電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

E-mail: [trainer-kensyu@jaaf.or.jp](mailto:trainer-kensyu@jaaf.or.jp) FAX : 03-5321-6591

※ 業務の都合上、即答できない場合もあります。あらかじめご了承ください。

- ②宿泊が必要な方は各自ご手配ください。
- ③近隣にはあまり飲食店がありません。昼食はご持参いただくと便利です。
- ④研修会を欠席される際には、上記連絡先までご連絡ください。  
連絡なく欠席された場合は、次回以降の参加を認められない場合があります。  
なお、当日の欠席連絡のみ、こちらの番号へお願い致します。  
TEL:090-5366-0575 岩本

<会場へのアクセス>

味の素ナショナルトレーニングセンター

〒115-0056 東京都北区西が丘 3-15-1 1F 大研修室

<https://www.jpnsport.go.jp/ntc/access/tabid/59/Default.aspx>

JR 赤羽駅西口よりバス 10分

都営三田線 本蓮沼駅より徒歩 10分

※受付は入口にて行わせて頂きます。

