

# ジュニア期におけるスポーツ現場 でのコンディショニングの実際 —理論から実践—

**選手が最高のパフォーマンスを発揮するために！**

自分に合った、正しい身体の使い方

身体の歪みの改善

睡眠と疲労の関係性

競技面、生活面からの怪我予防

**どの競技にも共通する土台となる部分を  
講義と実技を通して学びます**

令和 **5** 年 **1** 月 **28** 日 (土) 9時～12時10分  
(受付 8時40分～)

講師



ハイパフォーマンススポーツセンター 国立スポーツ科学センター 研究員

**U-20ラグビー日本代表**

アスレティックトレーナー

**久々知 修平 氏**

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

厚生労働省認定 健康運動指導士

American College of Sports Medicine - Certified exercise physiologist

対象

ジュニア（小中学生）のスポーツ指導者（部活動やスポーツ少年団、地域などで指導されている方等）やスポーツをしている小中学生の保護者など

会場

富山市南総合公園体育文化センター サブアリーナ

定員・料金

先着 **50** 名 参加費 **1,000** 円

申込期間

令和4年12月23日（金）～令和5年1月22日（日）

申込方法

富山市体育協会ホームページからお申込み  
<https://www.taikyou-toyama.or.jp>



←体協ホームページは  
こちらから

持ち物

飲み物・うち履き・マスク

その他

健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な履修単位として講義1.5単位、実習1.5単位が認められます。また、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者の資格更新のための義務研修にもなります。

問い合わせ

(公財) 富山市体育協会

[TEL]076-432-1117

[FAX]076-433-7474

LINE公式アカウント  
はじめました！

