

～スポーツ講座～

テーマ「子どもに対するスポーツ指導」



日時

【第1回】平成24年1月25日（水）18：30～20：00

【第2回】平成24年2月22日（水）18：30～20：00

会場

京都市市民スポーツ会館 会議室（西京極総合運動公園内）
右京区西京極新明町32番地

内容

【第1回】ジュニア期におけるトレーニングとコンディショニング（基本編）

※基本的な知識の習得のために座学での講習となります。

【第2回】ジュニア期におけるトレーニングとコンディショニング（応用編）

※第1回の知識を生かした実践的なトレーニング法を学びます。

定員

60名 参加費無料（申し込み多数の場合は先着順にて受付いたします）

講師

湯浅 康弘 氏（立命館大学スポーツ強化センター

ストレンクス&コンディショニングコーチ）

東海大学体育学部卒業後、国内最大規模を誇る東海大学トレーニングセンターにてアシスタントストレンクスコーチとして従事した後、現職に至る。

立命館大学では、アメリカンフットボール部を中心に学生のトレーニング指導にあたる。

指導実績としては、オリンピック代表選手、プロ野球選手、Jリーグ選手、

その他プロスポーツ選手（テニス、競輪、ゴルフなど）のトレーニングやコンディショニングを担当。

申込先

（財）京都市体育協会

TEL 075-313-9134 FAX 075-313-6043

e-mail / dash@kyoto-sports.or.jp