

NSCAジャパン東北地域ディレクターセミナー 兼 盛岡市ジュニアスポーツ医・科学セミナー

2017年12月16日(土)

主催 特定非営利活動法人NSCAジャパン、盛岡市、公益財団法人盛岡市体育協会
後援 公益財団法人岩手県体育協会(予定)、盛岡市スポーツ少年団

時間	10:00～13:00 (9:30～受付)
会場	マリオス 18階 181会議室(岩手県盛岡市盛岡駅西通2丁目9-1)
内容	<p>【講義・実技】 ジュニア期の野球選手に必要な体カレベルとトレーニング ～小中高各年代の積み重ね～</p> <p>情報化社会の中、様々なトレーニングが野球現場にも紹介されているが、情報が錯綜し、実際に何をしたら良いのか混乱させている現状がある。高校野球におけるS&C活動の実状を起点に、トレーニング科学と野球の競技特性とを踏まえ、各年代でどのような方向性でトレーニングを積み重ねていけば良いのか考えていく。</p> <p>参考文献 1) Thomas R.Baechele Roger W.Earle編,NSCA決定版ストレングストレーニング&コンディショニング第3版,東京:ブックハウスHD,156-164,265-303,2010. 2) NPO法人日本トレーニング指導者協会編,トレーニング指導者テキスト実践編改訂版,東京:大修館書店,78-93,2014. 3) 日本発育発達学会編,子どもと発育発達Vol.12 No.4,東京:杏林書院,222-259,2015. 4) C.ハルトマン,H-J.ミノウ,G.ゼンフ,金メダルへの道しるべ 初歩の動作学ートレーニング学,市川:レーマンメディア,21-24,29-64,2014.</p>
講師	 <p>豊澤 博幸</p> <p>CSCS,NSCA-CPT, SAQレベル2インストラクター, 岩手医科大学 非常勤講師, 盛岡医療福祉専門学校 非常勤講師</p>
受講料	会員:3,240円 一般:3,888円
定員	20名 (定員に達し次第締め切ります)
キャンセルポリシー	開催1週間前までにご入金がない場合、受付をキャンセルとさせていただきます。開催1週間前を過ぎますと、キャンセルチャージとして受講料の100%を申し受けます。
CEU	0.3(カテゴリーA)