

NSCAジャパン東北地域ディレクターセミナー

2018年8月5日(日)

時間	11:00~16:00 (10:30~受付)
会場	新庄市ゆめりあ(山形県新庄市多門町1-2)
内容	<p>【講義・実技】11:00-13:00 (加藤) 糖尿病及び心疾患を有するクライアントの運動処方</p> <p>年々、糖尿病と心疾患の有病率が増加している。特に東北地方は寒冷地である事や塩分摂取量が多いため、糖尿病や心疾患の発症者が非常に多い。現在、健康志向者が増えフィットネスクラブを利用する人やマラソンなどに参加する人口が増えているが、潜在的に上記の疾病を抱えているクライアントも多いと思われる。そこで今回、糖尿病と心疾患の基本的な病態を理解し、クライアントがより安全にプログラムを遂行するための運動処方のポイントを紹介していく。</p> <p>参考文献 1) 日本糖尿病療養指導士認定機構編・著.糖尿病療養指導士ガイドブック2017.大阪:株式会社メディカルレビュー社.19-89.2017. 2) 日本心臓リハビリテーション学会編.指導士資格認定試験準拠 心臓リハビリテーション必携.東京:日本心臓リハビリテーション学会.74-84.94-105.2011.</p> <p>【講義・実技】14:00-16:00 (吹越) 腰痛に対する正しい評価とアクティベーションテクニックを含めたコンディショニング</p> <p>様々な腰痛がある中で特に問題となっているのが、腰椎の過前弯による腰痛です。スポーツの現場以外でも日常的に起こる腰痛の正しい評価とコンディショニングを習得することでパーソナルトレーニングやグループレッスンの場でも活動の幅を広げることが出来ます。セミナーでは様々な腰痛例の紹介や実際に実技としてペアで行い、技術の習得を目指します。</p> <p>参考文献 1) Stuart McGill.コアトレーニングがパフォーマンスの向上と傷害予防に役立つ証拠.Strength and Conditioning Journal Japan.20:4.30-42.2013.</p>
講師	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>加藤 敏徳 NSCA-CPT,心臓リハビリテーション指導士 長者2丁目かおりやま内科 運動療法室室長</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>吹越 公洋 NSCA-CPT,鍼灸師 株式会社Best Nine 代表取締役</p> </div> </div>
受講料	会員:4,320円 一般:6,480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	0.4(カテゴリーA)

高齢者体力づくり支援士 1.4単位