

NSCAジャパン南関東地域ディレクターセミナー

2019年2月17日(日)

時間	9:30～15:30 (9:00～受付)
会場	日本体育大学 世田谷キャンパス 教育研究棟 3B03体育館(東京都世田谷区深沢7-1-1)
内容	<p>【講義・実技】9:30～12:00／13:00～15:30 テニス競技における身体機能の理解とトレーニング ～理論と実践でテニス動作を知る～</p> <p>近年、テニス界でも様々なトレーナー(アスレティックトレーナー、鍼灸師、理学療法士、S&Cコーチなど)の活動がクローズアップされています。以前はジムでのトレーニングや治療などを担当する事が主な役割でしたが、これからは選手を取り巻くサポートスタッフ(コーチ、心理学者、管理栄養士、エージェンツ、保護者、など)と共に更に障害予防のために積極的な活動が求められています。</p> <p>S&Cコーチ、パーソナルトレーナーとしても必要な身体機能の知識や各種トレーニングの内容について説明します。テニスの動きそのものについても座学と実技を通して学ぶ事も当講義の目的になります。</p> <p>参考文献</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Bahamonde, R. Biomechanics of the forehand stroke. ITF Coaching & Sports Science Review. 24: 6-8. 2001. 2) Boyle, K. L., J. Olinick, and C. Lewis. The value of blowing up a balloon. North American Journal of Sports Physical Therapy. 5: 179-188. 2010. 3) Kovacs, M., and T. Ellenbecker. An 8-stage model for evaluating tennis serve: Implications for performance enhancement and injury prevention. Sports Health. 3: 504-513. 2011. 4) Mario A. Cardoso Marques. Strength training in adult elite tennis player. Strength and Conditioning Journal. 27(5):34-41. 2005. 5) Pearce, P. Z. Prehabilitation: Preparing young athletes for sports. Current Sports Medicine Reports. 5: 155-160. 2006.
講師	 <p>武井 敦彦 ATC,NASM-PES,NASM-CES,PRI-PRT,iTPA-CTPS Passion Sports Training代表 Fリーグ バルドラール浦安 フィジカルアドバイザー</p>
受講料	会員:5,400円 一般:8,100円
定員	30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く場合がございますのでご了承ください。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	0.5(カテゴリーA)