NSCAジャパン　サッカー特別セミナー

2019. 11.3 SUN

会場：早稲田大学東伏見キャンパス
（西東京市）

9:40-10:40	プログラム全体像に基づくフィジカルトレーニングの在り方～テクニカル スタッフ、選手との信頼関係構築とフィジカルのベースアップ	樋口 創太郎 水戸ホーリーホック コンディショニングコーチ
10:55-11:55	サッカーの育成年代におけるフィジカル・コンディショニング～Jリーグユースチームでのコンディショニングコーチの経験から	江波戸 智希 環太平洋大学
11:55-12:55	昼休憩	
12:55-13:55	女子サッカー／韓国Kリーグにおけるフィジカルトレーニング	山田 庸 びわこ成蹊スポーツ大学
14:10-15:10	アメリカ大学サッカーにおける ストレングス＆コンディショニング	渡部 一郎 NSCAジャパンHPC アシスタントS&Cコーチ
15:25-16:25	いわきFCにおける多角的フィジカルアプローチ～現場での実践例をもとに	鈴木 拓哉 いわきFC
16:40-17:40	パネルディスカッション サッカー選手に対するフィジカルトレーニングの現状と未来	座長：広瀬 統一 早稲田大学スポーツ科学学術院教授
18:00-19:30	懇親会	※ 別途参加費4,000円。立食パーティー形式で、参加者の交流を目的としています。講師も複数名、参加予定です。

樋口創太郎

江波戸智希

山田 庸

渡部一郎

鈴木拓哉

広瀬統一

お問合せ　特定非営利活動法人NSCAジャパン事務局（ seminar@nsca-japan.or.jp ）
お申込み　ウェブサイト上部のメニュー「セミナー」内、各セミナーの「申込」ボタンよりお申込みください。
URL　http://www.nsca-japan.or.jp

樋口 創太郎	プログラム全体像に基づくフィジカルトレーニングの在り方 ～テクニカル スタッフ、選手との信頼関係構築とフィジカルのベースアップ
NSCA-CPT,*D, JSPO-AT,JATI-ATI 水戸ホーリーホック コンディショニングコーチ	プロサッカー選手にとって「フィジカルトレーニング」をよりポジティブなものにするため、男女似て非なる信頼関係の構築プロセスを、小生の経験を踏まえてシェアいたします。また、それらが独り歩きすることがないよう、テクニカルスタッフと練習プログラム全体像を共有した上で、コンディショニングコーチとして提供する「フィジカルトレーニング」いわゆるストレングス、エンデュランス、コーディネーション、アジリティ、パワー、スピード等がどのようにデザインされるべきか小生の思考を述べさせていただきます。

江波戸 智希	サッカーの育成年代におけるフィジカル・コンディショニング ～Jリーグユースチームでのコンディショニングコーチの経験から
M.S., CSCS, JSPO-AT IPU・環太平洋大学体育学部助教, サッカー部フィジカルコーチ, 東京ヴェルディアカデミーフィジカルアドバイザー	J下部組織でのコンディショニングコーチは、すべての準備プロセス(フィジカルなどの内的要因と、環境などの外的要因)を利用してプロ選手育成かつチームの勝利という目標をサポートするのが役割である。フィジカルトレーニングだけでなく、トレーニング負荷管理などから怪我を予防し(既往歴を作らない)、短～長期的な視野(1週間・半年・3年後等)でフィジカルパフォーマンスを高めていく必要がある。身体的な発育発達はもちろんのこと、食事や用具の選択などの教育や、学校生活などの外部環境まで、考慮する点が多いのが育成年代の特徴である。

山田 庸	女子サッカー／韓国Kリーグにおけるフィジカルトレーニング
Ph.D. びわこ成蹊スポーツ大学教授 同大学サッカー部男子, 女子フィジカルコーチ, 元韓国Kリーグ江原FC フィジカルコーチ	いかなるトレーニングでも、その効果を高め受傷のリスクを低減させるためには、トレーニング原則を踏まえたうえでプログラムの対象選手に応じたアレンジが必要となる。近年サッカーのフィジカルトレーニングで取り入れられているボールを用いた技術・戦術要素を含んだ複合的なトレーニングについて解説するとともに、女子と韓国人という異なるカテゴリーでの取り組み例を挙げ、選手の特性に対応したプログラムの応用例とそのデザイン方法について紹介する。

渡部 一郎	アメリカ大学サッカーにおけるストレングス＆コンディショニング
M.A., CSCS NSCAジャパンHPC アシスタントS&Cコーチ	アメリカの大学スポーツにおいてストレングス&コンディショニングは非常に重要な役割を担い、スポーツのコーチだけでなく選手もその重要性を認識しています。年間のスケジュールを通して、どのようにプログラムを組むか、またそれによってスポーツのパフォーマンスにどのような効果があったかなどをお話ししたいと思います。

鈴木 拓哉	いわきFCにおける多角的フィジカルアプローチ～現場での実践例をもとに～
CSCS ドームアスリートハウス, いわきFCパフォーマンスコーチ	近年、海外からオファーを受け、海を渡るJリーガーが増えてきて日本のサッカー選手も世界に認識され始めていることは非常に喜ばしいことです。ただ、海外から戻ってくる選手たちのコメントは一様にして「フィジカルが違った」。その言葉の通り国内の傾向としてストレングスというよりはタクティカル(戦略)や走り込みで選手を鍛えるチームがまだまだ多いように感じます。まだ社会人リーグですが、2016年から現在においていわきFCが取り組んで来ている科学的なフィジカルアプローチ方法をご紹介いたします。皆様と会場でお会いできることを楽しみにしております。

座長：広瀬 統一	パネルディスカッション・サッカー選手に対するフィジカルトレーニングの現状と未来
Ph.D. , JSPO-AT 早稲田大学スポーツ科学学術院教授,サッカー日本女子代表フィジカルコーチ	本ディスカッションでは、サッカー選手に対するフィジカルトレーニングの現状と未来をキーワードに議論していきます。貴重な機会ですので、疑問や質問など講師に聞いてみたいこと、また共有したいことなど、参加者の方々からの積極的な質疑をお待ちしています。

参加費 （表示は全て税込）	【講習のみ】　NSCA会員 7,920円 ／ 一般 11,880円 【講習＋懇親会】NSCA会員 11,920円 ／ 一般 15,880円
定員	200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	0.6（カテゴリーA）