

NSCAジャパン九州地域ディレクターセミナー

2019年12月1日(日)

後援 特定非営利活動法人日本健康運動指導士会

時間	9:30~12:30 (9:00~受付)
会場	CrossFit Nobeoka (宮崎県延岡市幸町2-26-3)
内容	<p>【講義・実技】運動と感覚の統合:感覚システムの基礎と体性感覚</p> <p>運動の生成において感覚機能(例えば視覚、聴覚、体性感覚)は重要な役割を担いますが、感覚と運動の統合ができなければ不適切な姿勢筋緊張や動作不良を産み、ケガや不調のリスクが高まります。また過剰な緊張状態では筋出力も抑制され、レジスタンス・トレーニングの効果は半減してしまいます。この講義では主に体性感覚システムの理解を深め、痛み、姿勢、動作を改善して障害予防に役立てる方法を学びます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・感覚運動システム概論 ・運動制御の三段構造 ・体性感覚、視覚、前庭覚の役割 ・痛みの科学/痛みの改善方法:基礎 ・体性感覚の評価と訓練法 <p>参考文献</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Beck Randy W. Carrick Frederick, Sexton. Stephen G. Functional Neurology for Practitioners of Manual Therapy. 2007. 2) Estomih Mtui Gregory Gruener M. J. T. FitzGerald. Clinical Neuroanatomy and Neuroscience. 2011. 3) Mark Comerford Sarah Mottram. Kinetic Control 1st Edition. 2012. 4) Bertherat T & Bernstein C. The body has its reasons; self-awareness through conscious movement. Healing Arts Press. Rochester. 1989. 5) Chaitow L. Breathing pattern disorders, motor control, and low back pain. Journal of Osteopathic Medicine. 7(1):33-40. 2004. <p>※ 11/30(土) 熊本市で実施される九州ADセミナーと同じ内容です。</p>
講師	 <p>近藤 拓人 M.S., ATC, CSCS, PRT, DNSSET AZCARE株式会社 代表取締役</p>
受講料/定員	会員:3,960円 一般:7,920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)
持ち物やアクセスなど	当日必要な詳細情報は、申し込み時に自動で送信されるメール内の内容をご確認ください。会員の方はマイページ内でも確認ができます。

健康運動指導士・健康運動実践指導者 講義1.5単位、実習1.5単位
JAFA/GFI 3.0単位