



栃木県アスレティックトレーナー連絡協議会  
トレーナー研修会要項

**1 趣 旨**

スポーツ現場で活動するトレーナーの育成、周知

**2 主 催**

公益財団法人日本スポーツ協会公認栃木県アスレティックトレーナー連絡協議会

**3 日 時**

令和2年4月19日(日) 13:00~18:00

**4 会 場**

帝京大学宇都宮キャンパス 体育館 メインアリーナ、トレーニングルーム  
〒320-0003 栃木県宇都宮市豊郷台1丁目1

**5 テーマ及び概要**

「Performance を高めるためのトレーニング理論と実践」

講師:桂 良太郎 氏 (Best Performance Laboratory 代表取締役)

**【概要】**

パフォーマンスを高めるためには、Movement と Strength Quality のについて理解する必要があります。最適な形で最適な方向に力発揮する動作パターンを身につけることは、スポーツパフォーマンスにおいて大変重要です。

本セミナーは、Motor Control、Plyometrics、Strength、Movement Skill についての原理原則と段階的アプローチをご紹介します。

**6 募集条件**

スポーツ現場で活動するトレーナー、医療従事者、学生

**7 定 員**

先着 30 名

**8 参 加 料**

一般:6,000 円 会員・準会員:5,000 円 学生:4,000 円

## 9 申し込み方法

- ① 公益財団法人栃木県スポーツ協会 HP (<http://www.tochigi-sports.jp/>) より掲載所定様式記載の上下記より申し込み
- ② 郵送: 〒321-0152 栃木県宇都宮市西川田4-1-1  
公益財団法人栃木県スポーツ協会 事業課競技スポーツ担当 宛  
※「AT 研修会申込書在中」と朱書きすること

## 10 申し込み期間

会員・準会員: 令和 2(2020)年 3月 4日(水)～ 3月 13日(金)

一 般 : 令和 2(2020)年 3月 16日(月)～ 3月 27日(金)

※会員・準会員の申込で定員に達した場合は、一般受付は致しませんので、あらかじめご了承ください。

## 11 日程

12:20～12:50 受付

12:50～13:00 開講式

13:00～17:45 講演

17:45～18:00 質疑応答、閉講式

## 12 その他

- ・駐車場は、学生駐車場をご利用ください。
- ・講演は実技の多い実践的なセミナーになりますので、動きやすい服装、室内シューズをご持参ください。
- ・その他、ご質問については、公益財団法人栃木県スポーツ協会事業課競技スポーツ担当 (028-680-7771)までご連絡ください。

栃木県アスレティックトレーナー連絡協議会  
 トレーナー研修会 申込様式

ふりがな		性別	生年月日(年齢)
氏名		男・女	昭・平 年 月 日 ( 歳)
申込区分	学生 ・ AT会員及び準会員 ・ 一般 ○印で御回答ください。		
現住所	〒  TEL		
Mail	※メールで御連絡する場合もございますので、お間違いのないよう御記入ください。		
勤務先	【勤務先】		
保有資格			
専門競技			
活動歴			
懇親会 参加可否	講演終了後、懇親会を予定しております。(実費4,000程度) 参加する ・ 参加しない ○印にて御回答ください。 会場:未定(後日ご連絡差し上げます)		