

テニスフィジカルトレーニング

今後、本流になるフィジカルトレーニング



10月22日（土）				
開始	終了	項目	対象	定員
11:00	11:50	走り方	13歳以上	20名
12:00	12:50	身体操作と動きづくり	13歳以上	20名
13:00	13:50	スポーツ選手のための基礎体力作り	13歳以上	20名
15:00	15:50	走り方	4～12歳	20名
16:00	16:50	身体操作と動きづくり	4～12歳	20名
17:00	17:50	スポーツ選手のための基礎体力作り	4～12歳	20名
10月23日（日）				
10:00	10:50	走り方	4～12歳	20名
11:00	11:50	身体操作と動きづくり	4～12歳	20名
12:00	12:50	スポーツ選手のための基礎体力作り	4～12歳	20名

参加費 3種目 3300円

1種目 1500円

外部 500円プラス

外部をご紹介していただいた方には、

500円のTOPS商品券プレゼント！



講師プロフィール

小俣よしのぶ

□現職

一般社団法人Sports Business Academy /FMチーフコーディネーター <https://spobiz.ac/>

石原塾 /スクール技術部統括マネージャー <http://ishiharajyuku.com/>

□経歴

筑波大学大学院修了、筑波大学非常勤研究員、筑波大学産学リエゾン共同センター客員研究員、日本IBMアメリカンフットボール部トレーニングコーチ等、競技スポーツチームのトレーニング指導や研究員・教員等を歴任し、現職。

社会主義国、主に東ドイツやキューバの強化育成、適性選抜システムを研究テーマとし、ジュニア・ユース年代の競技スポーツ者を対象とした適性選抜や運動能力向上等の指導や研究に従事するほか、人材教育プログラムの研究開発やスポーツビジネスに関する研修の企画運営を積極的に行っている。セミナーや研修講師としてトップ選手やジュニアユーススポーツ指導をテーマに活動、これまで日本プロ野球トレーニングコーチ研修、日本レスリング協会指導者研修、日本トレーニング指導者協会、幼稚園父母会連合会などの研修に登壇（予定含む）。