

入場
無料

スポーツ指導者・関係者向け

「こころ」と「からだ」を強くする!!

第1部(講義)「折れないこころ育てるコーチング」木村 昌彦 氏
第2部(実演)「成長期のトレーニング法」櫻井 智野風 氏

きむら まさひこ
木村 昌彦 氏



- ・横浜国立大学 教育人間科学部 学校教育課程 保健体育講座 教授
- ・横浜国立大学教育人間科学部附属 鎌倉小学校、中学校校長
- ・全日本柔道連盟強化副委員長 指導者養成委員会委員長
- ・スポーツ功労者顕彰 (文部科学大臣顕彰) 2010/2004
- ・国際競技大会優秀者等表彰 (文部科学大臣表彰) 2005/2003
- ・リオデジャネイロ2016オリンピック 役員(柔道チームリーダー)

さくらい ともぶ
櫻井 智野風 氏



- ・桐蔭横浜大学 スポーツ科学研究科 スポーツ科学専攻 教授
- ・スポーツ健康政策学部 スポーツテクノロジー学科 教授
- ・公益財団法人日本陸上競技連盟 指導者育成部副部長
- ・北海道教育委員会冬季スポーツ ジュニアアスリート育成協議会会長

皆さんは選手を指導されるうえで、どんな悩みをお持ちですか？

トレーニング方法や選手へのアドバイスなど、どう指導したら良いか迷われたことはありませんか？

今回は記憶にも新しい、リオデジャネイロオリンピックに帯同し、アジア柔道ベストコーチ賞など多くの賞を受賞されている木村先生と、日本陸上競技連盟の指導者普及育成委員会などに長年携わり、東京2020オリンピックに向けたジュニア世代の育成強化に力を注いでいる櫻井先生をお招きし、成長途上であるジュニア期の「こころ」と「からだ」についてお話いただきます。

第1部では、トップアスリートのコーチとして長年ご活躍されている木村先生に、ジュニア期における指導のポイントをコーチングの観点からお話いただきます。第2部では、現場の指導だけでなく、スポーツ障害等の問題を科学的に解明し、ケガをした際の早期回復に役立つための研究などにも力を注いでいる櫻井先生より、ジュニア期のトレーニング方法やその留意点など実演を踏まえご紹介いただきます。

ジュニア期の「こころ」と「からだ」について理解を深めるため、是非ご参加ください!!

日時 **平成28年 9月16日(金)**

第1部(講義) 18:00-19:10(受付17:30から)

第2部(実演) 19:25-20:45

会場 東京体育館 第一会議室(講義)、サブアリーナ(実演)

都営地下鉄大江戸線「国立競技場」A4出口

JR中央線(普通)・総武線「千駄ヶ谷」下車徒歩1分

対象 (公財)東京都体育協会の地区加盟団体に所属する指導者・職員の方をはじめとする地域のスポーツ関係者【定員50名程度】

申込

ファクシミリまたは電子メールで受付いたします。表面の申込書に必要事項をご記入の上、お申し込みください。(電子メールの場合は同様の事項を記入して送信してください。)

当日は、アリーナでの実演もありますので、室内履きをご持参ください。

ファクシミリ番号 03-5413-6926

電子メールアドレス tokyo-sss@tef.or.jp

ホームページ URL

<http://www.tef.or.jp/sports-science/>

問合せ

(公財)東京都スポーツ文化事業団
競技力向上事業担当
電話番号 03-5413-6923