

川上晃司ナショナルチームトレーナーの講習会

開催のご案内について

厳寒の候、皆様におかれましては、ますますのご健勝のことと、お喜び申し上げます。
さて、指導者の資質向上をはかるべく、男子ナショナルチームトレーナーの川上晃司氏を
招聘し、ジュニア期のトレーニングの仕方や、コンディショニング、そしてメンタルなどについ
て研修を深めていきたいと考えております。

つきましては、別紙申込用紙に必要事項を記入の上、期日までに申込みいただきますようお願い
申し上げます。

記

- 1 主催 佐賀県ソフトテニス連盟、鳥栖市ソフトテニス連盟
- 2 後援 ヨネックス株式会社
- 3 日時 平成 26 年 3 月 8 日 (土) 10:00~16:00
- 4 会場 講義 鳥栖市民文化会館 小ホール 3F 研修室 1
鳥栖市宿町 807-17 (TEL: 0942-85-3645)
実技 鳥栖市勤労青少年ホーム 多目的ホール 3
鳥栖市宿町 927 (TEL: 0942-85-3632)
- 5 内容 ウォーミングアップ・トレーニングの方法
10:00~10:15 開校式
10:15~11:15 講義 1 : ジュニア時期に必要な発育を考えたトレーニング
11:30~12:00 講義 2 : 日本代表選手のトレーニングとは
13:00~15:30 実技 1 : ウォーミングアップ・トレーニング・身体機能を活用したストロークの方法
※ 運動ができる服装と筆記用具、体育館シューズを持参してください。
内容は変更になる場合があります。
- 6 定員 200 名
※ 会場の関係で参加人数には制限があります。
- 7 参加料 無料
- 8 申込先 佐賀県ソフトテニス連盟事務局
佐賀県鳥栖市儀徳町 2871-1 (TEL/FAX: 0942-50-8658)
- 9 締切日 平成 26 年 2 月 28 日 (金) までに、FAX で申し込みください。