

女性アスリートのためのコンディショニングと栄養の講習会実施要項

- 1 趣 旨 第79回国民スポーツ大会及び2025年度各種全国大会において優秀な成績を収めるため、強化遠征を実施し、競技力の向上を図るとともに強化事業へ参加を希望する選手を対象とした練習講習会を実施する。
- 2 主 催 (一財) 山形陸上競技協会
- 3 主 管 (一財) 山形陸上競技協会強化委員会
- 4 期 日 2025年9月13日(土)
- 5 場 所 県総合運動公園 NDソフトスタジアム山形
〒999-0000 天童市山王1-1 TEL: 023-655-5900
- 6 参 加 者 練習講習会に参加を希望する選手及び保護者
- 7 指 導 者 都道府県対抗女子駅伝山形県チームスタッフ(山形陸上競技協会強化委員)
- 8 実施責任者 嵐田 学 (山形陸上競技協会強化委員長)
- 9 引率責任者 高橋 政則 (山形陸上競技協会強化副委員長[駅伝ロード担当])
- 10 日 程 別 紙
- 11 講 師 ○コンディショニング講習 「セルフケア～ストレッチを中心に～」
ムラタ鍼灸接骨院 院長 村田 尚 トレーナー
○栄養指導
ういずグループ 代表 山口 喜代美 先生
- 12 経 費 個人負担 1回あたり1,000円(それを超える経費は本協会が負担します。)
※現地集合場所までの交通費は各自負担して下さい。
- 13 携 行 品 ストレッチマット、筆記用具、練習に必要なもの。
- 14 参加申込み 申込みを希望する方は参加申込書を以下へメールで申込むこと。
【締切: 9月10日(水) 17:00 必着】
大泉駅伝総括サブマネジャー E-mail: chiwaxroa@gmail.com
- 15 その他
 - (1) 事業実施に伴う不慮の事故に備え、主催者(山形陸上競技協会)が参加者の「傷害保険」の加入手続きをし、その経費を負担します。
 - (2) 参加承諾書を持参させてください。
 - (3) 緊急連絡先 〒995-0033 村山市楯岡新町2-3-13
(一財) 山形陸上競技協会 強化副委員長[駅伝ロード担当] 高橋政則
携帯 090-7069-0203 Mail: masarikahha@yahoo.co.jp

別 紙

会 場	NDソフトスタジアム
日 程 (案)	■9月13日(土) 13:00 受付 [NDソフトスタジアム会議室1・2] 13:30 開会行事 13:35 コンディショニング講習 (※ストレッチマット) ムラタ鍼灸接骨院 院長 村田 尚 トレーナー 14:20 強化事業説明 14:50 栄養指導【60分】 ういずグループ 代表 山口 喜代美 先生 16:00 練習会 17:00 解散