

東京都競技力向上テクニカルサポート事業 指導者講習会

主催 (公財)東京都スポーツ文化事業団 / 東京都

中嶋耕平 (なかじま こうへい)

- ・国立スポーツ科学センター
メディカルセンター 整形外科医
- ・日本オリンピック委員会
医学サポート部門(副部門長)
- ・日本レスリング協会
スポーツ医科学委員会(委員長)
- ・日本ウエイトリフティング協会
スポーツ医科学委員会(委員長)



・夏季アジア大会(プサン、ドーハ、広州)、
夏季オリンピック(北京、ロンドン)
日本代表選手団本部ドクター、
・1999年よりレスリング 世界選手権、アジア選
手権大会に帯同

ケガに負けない
身体をつくる

スポーツ障害から選手を守ろう

大山貴裕 (おおやま たかひろ)

- ・東芝病院リハビリテーション科 理学療法士
(公財)日本体育協会公認
アスレティックトレーナー
- ・(公財)日本レスリング協会
スポーツ医科学委員
- ・元ラグビーJr JAPAN トレーナー



・2013年、レスリングU-20
日本代表やラグビーの
Jr JAPANのトレーナーと
して世界大会などに帯同

入場
無料

～病態を理解してアスレティック・リハビリテーションの幅を広げよう～

「 **上肢編** ～肩・肘関節を中心に～ 」

成長期の選手たちは身体の発達だけでなく、精神的にも大きく成長し、まさに選手としても伸び盛りにあります。ここでの競技生活が将来に大きく影響するといっても過言ではないでしょう。しかし、**スポーツ障害**が発生しやすいのもこの時期です。成長期におこるスポーツ障害の発生要因として骨、軟骨、筋肉の未発達、技術の未熟によるものなどがあげられます。

この講習では、ナショナルチームにも帯同した実績のある中嶋先生と大山先生をお呼びして、スポーツ障害へのアプローチ方法を指導していただきます。今回は「**上肢編**」ということで、**肩・肘関節**を中心とした**スポーツ障害に対する理解**を深め、**予防に効果的なトレーニング**を実演とあわせて紹介してもらいます。

7.16 Wed

18:00-21:00(受付17:30)

会場 東京体育館 第一会議室

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 監督、コーチ、トレーナー等の指導者
また、指導者を目指している方等
【定員50名】

申込 E-mailまたはFAXにて受付いたします。
裏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。(E-mailの場合は同様の事項を記入
して送信してください。)

E-mail tokyo-sss@tef.or.jp
FAX 03-5413-6926

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

【平成26年度第1・2回指導者講習会】



東京都 競技力向上 テクニカルサポート事業
 平成26年度 第1・2回 指導者講習会 [平成26年7月16日開催] 申込書

- * 申込方法 ファクシミリの場合は、以下に必要事項を記入の上、お申し込みください。
 ※申込者が複数の場合はコピーしてご利用ください。
 E-mailの場合は、以下の必要事項と同様の事項を記入して送信してください。
 ※E-mailでのお申し込みの場合は、必ず開催日を表記してください。

※ ご記入いただいた個人情報、受講結果の通知及び講習会の受付、緊急時の連絡など、講習会の運営に必要な範囲内で利用させていただきます。

競技種目等	競技種目名		
	※あてはまるところに○をつけてください。 監督 ・ コーチ ・ トレーナー ・ 部活動顧問 ・ 指導者を指す方 ・ 選手 ・ 保護者 ・ その他 ()		
フリガナ		性別	男性 ・ 女性
氏名			
年代等	10歳代 ・ 20歳代 ・ 30歳代 ・ 40歳代 ・ 50歳代 ・ 60歳代以上		
住所	〒		
連絡先	電話番号		
	ファクシミリ番号		
	メールアドレス	PC or 携帯	
所属先			

☆ご記入ありがとうございました。そのままファクシミリにてお送りください。☆