

競技力向上支援事業 指導者育成事業

1. 趣 旨： 強化選手のコンディショニングの一環として、運動後の疲労回復効率を高める方法を学び、第71回国民体育大会（希望郷いわて国体）のスポーツ指導者の資質向上を図る。
2. 主 催： 岩手県教育委員会事務局スポーツ健康課 第71回国民体育大会強化委員会
3. 対 象： 第71回国民体育大会指導者
4. 定 員： 80名程度
5. 期 日： 平成28年5月14日（土） 10:00～13:00
6. 会 場： サンセール盛岡 〒020-0883 岩手県盛岡市志家町1-10 Tel:019-651-3322
7. 講 師： 石川 泰弘 氏（株式会社バスクリン販売管理部
販売促進課マネージャー 広報責任者）
永田 美香 氏（アスレティックトレーナー
A-Yoga Mind and Body Movement セラピスト）
※その他経歴については別紙参照
8. 内 容： 『リカバリー ～疲労回復のためのポイント～』
① （仮）お風呂で身体をリカバリー ～運動後の疲労を回復する入浴法～
② （仮）ヨガの要素を取り入れたクールダウン ～クールダウンの本質～
9. 申 込 み： 参加確認用紙に必要事項をご記入のうえ、担当者宛に FAX をしてください。
※締切 平成28年4月28日（木）
10. 持 ち 物： ヨガマット、もしくは大きめのバスタオルを持参してください。
11. 問 合 せ： 岩手県教育委員会事務局スポーツ健康課
スポーツ健康科学担当 佐々木 健 次
TEL 019-641-1535 **FAX 019-641-1537**