

# 競技力向上のための スポーツ医・科学サポート ハンドブック

2012/12/1発行!!

## すべてのスポーツ選手の 競技力向上に役立つ50項目

「21世紀はスポーツの時代である」と言われています。  
スポーツでプレイすることによって自己表現したり、  
生きている喜びを味わったり、夢を実現したり…  
それがスポーツの魅力です。  
選手は、自分の能力を最大限に発揮するために  
「技術」「体力」「精神力」を高める  
トレーニングに励んでいます。  
このハンドブックは、そうした全ての選手を  
支援=サポートするために、  
多くの先生方の協力により生まれた本です。

編著/作山正美・飯島仁・西田範次  
監修/(財)岩手県体育協会スポーツ医・科学委員会  
発行/競技力向上のためのスポーツ医・科学サポート  
ハンドブック作成委員会(岩手県体育協会内)  
価格/1,000円 仕様/A5サイズ・170ページ



### ●お問合せ・購入申込みについて

1. 購入申込書に記入し、「競技力向上のためのスポーツ医・科学サポートハンドブック作成委員会」あてに、メール または FAX で申込みください。

E-mail: [asanuma@iwate-sports.or.jp](mailto:asanuma@iwate-sports.or.jp) FAX: 019-648-1600

住所: 〒020-0133 盛岡市青山4丁目13-30(岩手県体育協会内) お問合せ先: 019-648-0400

2. 購入申込書は、岩手県体育協会内のホームページにある「競技力向上のためのスポーツ医・科学サポートハンドブック」のコーナーからもダウンロードできます。
3. 代金のお支払いの詳細は、上記お問合せ先にご連絡いただくか、購入申込書に記載されております。

みちのくコカ・コーラボトリング株式会社 <http://www.michinoku.ccbc.co.jp>

MICHINOKU COCA-COLA BOTTLING CO., LTD. コカ・コーラ株式会社  
Coca-Cola is The Coca-Cola Company の登録商標です。