

2023 年度

長野県バスケットボール協会指導者講習会（筋力トレーニング）

実施要項

講師 小山 孟志氏（東海大学体育学部競技スポーツ学科 准教授）

経 歴

1982 年長野県生まれ。東海大学卒業、同大学院体育学研究科修士課程修了、早稲田大学スポーツ科学研究科博士課程修了。博士修得（スポーツ科学）。日立製作所バスケットボール部 S&C コーチ、バスケットボール男子日本代表チーム専任 S&C コーチ等を経て、2014 年東海大学スポーツ医科学研究所に着任。2022 年より現職。現在は東海大学にて学生アスリートのトレーニング指導に携わる傍ら、パフォーマンス向上やスポーツ外傷障害予防を目的とした研究をされている。

日 程

10月22日(日)

会 場 東海大学付属諏訪高等学校体育館トレーニング室（茅野市玉川 675 番地）

受 付 9：00 ～ 9：20

開 会 式 9：20 ～ 9：30

式次第 ①会長挨拶 ②講師/助手紹介（技術委員長）

④講師挨拶 ⑤その他

クリニック 9：30 ～ 12：00（午前）※冒頭 5 分で指導者コンプライアンス研修を行います。

13：10 ～ 15：50（午後）

閉 会 式 15：50 ～ 16：00

式次第 ①お礼の言葉（会長）②講評（講師）③諸連絡

●内 容 筋力トレーニングの基礎理論と実践

*参加者は当日、受付にて参加料 1000 円を納付し、所属・氏名を記入して下さい。

問い合わせ

県技術委員長 東海大学付属諏訪高等学校 神澤 徳 携帯 080-5142-4611

指導者養成委員会委員長 窪田 明 携帯 090-2946-2823