

第 39 回福島県ハンドボール協会講習会実施要項

1. 目的 2015NTS伝達講習(日本協会が推進する一貫指導内容を伝達する)
選手・保護者・指導者が知るべき食の重要性&食トレ。
地域の医療機関と連携するために必要な傷害の理解&筋トレ。
本県指導者は元より、協力的な保護者・チームに関わる多くのハンドボール愛好者に、最新の技術・医療・食とそれぞれのテーマを講習して頂く予定です。
2. 主催 福島県ハンドボール協会 普及部
3. 期 日 平成28年2月 13 日(土)～14 日(土)
4. 場 所 本宮市総合体育館 本宮市大字高木字黒作1 Tel.0243-34-213
5. 講 師

| | |
|----------|------------------------|
| 佐久間 茜 氏 | 公立藤田総合病院 管理栄養士 |
| 古川 勉 寛 氏 | 郡山健康科学専門学校 理学療法士 |
| 佐々木 広人 氏 | 郡山健康科学専門学校 理学療法士 |
| 村 杉 善之 氏 | 聖光学院高等学校 福島県 NTS 技術指導員 |

6. 日 程

2月 13 日(土)

| | | | | | | | | | | | | |
|----|-------------------------------|------|--|-------|----------------------------------|--|-------|--------|-------------------------------|-------|-------|----|
| | 9:00 | 9:30 | | 11:30 | 11:45 | | 13:15 | 13::30 | | 15:30 | 15:40 | |
| 受付 | 小学生対象 NTS伝達講習会 実技(120分) | | | | 指導者保護者対象 スポーツ選手と食事 座学(90分) | | | | 小学生対象 NTS伝達講習会 実技(120分) | | | 解散 |

2月 14 日(日)

| | | | | | | | | | | | | |
|----|---|------|--|-------|---------------------------------|--|-------|-------------------------------|---|-------|-------|----|
| | 9:00 | 9:30 | | 11:30 | 12:00 | | 13:00 | 13::30 | | 15:30 | 15:40 | |
| 受付 | 高校生対象 ストレッチング&筋力トレ 座学(30分)実技(90分) | | | | 指導者保護者対象 医療機関との連携 座学(60分) | | | | 中学生対象 ストレッチング&筋力トレ 座学(30分)実技(90分) | | | 解散 |
| | 中学生対象 NTS伝達講習会 実技(120分) | | | | | | | 高校生対象 NTS伝達講習会 実技(120分) | | | | |

※ 筋トレ参加者はバスタオルもしくはストレッチマット、タオルを準備して下さい。

9. 申込方法 以下の担当者まで、E-mail にてお申し込み下さい。
 - (1) 担当者 福島県ハンドボール協会普及部 齋藤 倫紹
 - (2) E-mail saitou.michitsugu@vg56.fks.ed.jp
件名:2015 講習会参加申込 内容:氏名・年齢・所属・連絡先・その他質問等
10. その他 会場内は寒いことが予測されますので防寒対策は各自で十分配慮して下さい。