

平成24年度 名寄地区バスケットボール協会 指導者講習会
兼 JBA公認コーチリフレッシュ研修会

1. 主催 北海道バスケットボール協会
2. 主管 名寄地区バスケットボール協会
3. 目的 バスケットボールチーム指導者の資質向上と指導技術の向上を図る。
※JBA公認コーチの更新時講習も兼ねますので、名寄地区以外の指導者の方も是非ご参加下さい。
4. 期日 平成25年 3月10日(日)
5. 時間 12:30~12:50 受付
13:00~13:30 指導者に知ってもらいたいスポーツ外傷について
膝(前十字靭帯損傷)・腰・足首の障害
応急処置について (金子)
13:30~14:00 ストレッチ法とDVDの紹介 (中田)
14:00~14:30 障害予防プログラムの説明とDVDの紹介
(平野)
14:30~16:00 選手をモデルとした実技(ストレッチング・
ウォーミングアップ法・筋力トレーニング法)
6. 場所 和寒町立和寒中学校 和寒町字日ノ出11番地 0165-32-2057)
7. 講師 北海道バスケットボール協会医科学専門委員
金子 知 氏
中田 周平 氏
平野 充 氏
8. 内容 ○スポーツ外傷について
○応急処置について
○ストレッチ法とDVDの紹介
○障害予防プログラムの説明とDVDの紹介
○選手をモデルとした実技
(ストレッチング・ウォーミングアップ法・筋力トレーニング法)
9. 参加料 ① コーチライセンスリフレッシュ研修としての受講参加者:2000円
(*当日受付にてお支払いください)
② 一般参加の方:無料
10. 申込方法 ① コーチライセンスリフレッシュ研修としての受講参加者
TeamJBA のシステムが年度変更の為停止しているの
で一般参加の方と同じ方法でお申込み下さいその際「リフレッシュ研修受講」と
「ID」を明記してください。(間に合わない場合は、当日受付も行います。)
当日は、全員登録証の提示をお願いします。
② 一般参加の方
別紙の申し込み用紙(名寄地区バスケットボール協会のHP上からダウンロード)
に、必要事項を記入し E-Mail に添付するかFAXで3月8日(金)
までにお申し込みください。
E-Mail sugirx@yahoo.co.jp
FAX 0165-32-3192 (和寒中学校 杉本宛)
11. その他 本講習会に関わる連絡やご質問については、下記までお願いします。
上川郡和寒町字日ノ出11番地 和寒町立和寒中学校
杉本 仁 職場TEL 0165-32-2057