

「障害予防プログラム及びストレッチ法の紹介と実技」

兼 JBA 公認コーチリフレッシュ研修会 開催要項

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 バスケットボールに特徴的な外傷とこの予防の方法を学んで指導に取り入れる
4. 日程 平成 27 年 7 月 5 日 (日)
 - 9:00~ 9:40 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)
 - 9:40~10:20 障害予防プログラムの説明とDVDの紹介 (松本)
 - 10:20~11:00 ストレッチ法とDVDの紹介 (添田)
 - 11:15~12:30 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・補強トレーニング法)
5. 会場 名寄市立名寄中学校(名寄市字豊栄101番地1 Tel.01654-2-2147)
6. 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 Dr.
松本 尚 トレーナー
添田 有花 トレーナー
7. 申込方法 一般で受講の方・リフレッシュ研修として受講される方、共に当日受付にて対応
致します。
<リフレッシュ研修のお問い合わせ先>
北海道バスケットボール協会
Tel 011-820-1632 FAX 011-820-1633
8. 特記事項 ※本クリニックは、公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導者(バスケットボール
上級コーチ・コーチ・上級指導員・指導員)の資格更新のための義務研修となります。
(但し、実績の報告は、9月と3月の2回となっておりますので予めご了承ください。)
※リフレッシュ研修として5日に参加するとリフレッシュポイント2ポイント付与され
ます。
9. 注意事項 ※受付の際、コーチ登録証(カード登録証またはモバイル登録証)を提示して頂きます。
※登録証がない場合、本人確認が出来ない為研修への参加実績として認められない場合
がありますのでご注意ください。
※本会場は、土足厳禁となりますので、必ず上履きと靴袋をお持ちください。