

NTC カーリング強化拠点・スカップ軽井沢
カーリングアスリートの為の総合セミナー

- 開催日時 2012年4月1日(日) 9:30~15:00
- セミナー
- レッスン1 「アスリートの為のアイスリーディング」
講師：小泉進、藤巻正/公益社団法人日本カーリング協会 アイスメイク研究会
内容：世界を目指す選手達へアイスサポート
時間：09:30~11:00
 - レッスン2 「日常の体力強化と栄養について」
講師：吉岡由美/長野県短期大学 栄養管理学研究室講師
内容：試合期の食事と体力強化のための食事について 他
時間：11:00~12:30
 - レッスン3 「カーリング競技に伴う障害に対する予防について」
講師：・黒澤一也/恵仁会くろさわ病院 院長
医師、日体協スポーツドクター、日整会認定スポーツドクター、
日整会認定リウマチ医、日本医師会健康スポーツ医、温泉療法医
・木内万樹/恵仁会くろさわ病院 理学療法士
内容：試合前後のケアとシーズン中とオフシーズンの有効的なケアについて。
時間：13:30~15:00
- ※オプション ・メディカルクリニック(黒澤 Dr による個人相談)
・ダートフィッシュを使用した動作解析
15:00より、希望者にものみ対応します。事前にお申し込みください。
- 場 所 スカップ軽井沢 2F 多目的室
- 持ち物 筆記用具等
レッスン3は理学療法士によるストレッチ講習がありますので、動きやすい服装でお越しください。
- 申込方法 申込書にご記入の上、3月21日までに事務局宛ファックスしてください。
受付後、事務局よりご連絡致します。

FAX 0267-44-6681

ナショナルトレーニングセンター 御中

総合セミナーに申し込みます。

申込年月日： 年 月 日

チーム名		申込者 (担当者)	フリガナ
参加者名1		連絡先 TEL	— —
参加者名2		連絡先 FAX	— —
参加者名3		E-Mail	@
参加者名4		備考：(オプション希望、宿泊斡旋などは、こちらにご記入ください)	
参加者名5			
参加者名6			

※チーム単位でも個人でもお申し込みいただけます。