

## ジュニアテニス選手を対象としたコンディショニングチェック

### および体カトレーニング教室

～ケガをしない身体づくり・パフォーマンス向上を目指して～

#### 開催のご案内

昨年の全米オープンでは、錦織圭選手が日本人初のグランドスラム決勝へ進出する快挙で日本中が熱狂的な盛り上がりを見せました。次に続く選手を継続的に輩出するためにはジュニア選手の指導環境を整備することがとても重要です。

今回、ジュニア選手を対象として、コンディショニングのチェック（メディカル面、フィジカル面）を行い、その測定方法の確認および選手の状況の把握を行います。そして結果に基づく体カトレーニングを実践的な面から指導していきたいと考えています。多くのジュニア選手が、より良いコンディショニングで日頃の練習やトレーニングに携われますよう、本教室がその一助になることを期待しております。

また、指導者とのコミュニケーションも活発に行えればと考えています。よろしくお願いいたします。

主催	公益財団法人 日本テニス協会 医事委員会
主管	大分県テニス協会 ジュニア委員会・医科学委員会
開催日	平成27年11月1日（日） 9：00～16：30（8：30～受付）
会場	大分市営駄原テニスコート 住所：大分市新春日町1-2881-18（駐車場あり）
対象	14歳以下ジュニアテニス選手（コンディショニングチェックの対象者） ※コンディショニングチェックの対象者は既に決定済みです。
（募集対象）	スポーツ医科学関係者、学校関係の指導者、テニスクラブコーチなどテニス指導者保護者など
参加費	3千円（当日徴収）
研修ポイント	日本テニス協会公認 2ポイント（申請中）
準備物	筆記用具 ※ <u>昼食は各自ご準備下さい</u>
申込方法	参加申込書に必要事項をご記入の上、下記へFAXあるいはE-mailをお送りください。 FAX:097-544-3303（必ず090-4352-1440に電話をして届いたことをご確認ください） E-mail: optajunior@gmail.com
申込締切	平成27年10月30日（金）必着
問い合わせ	☎870-0872 大分市高崎4-8-75 大分県テニス協会ジュニア委員会 担当：中川 電話：090-4352-1440 E-mail：optajunior@gmail.com

【日程と内容】 平成27年11月1日（日） ≪ 受付 8:30～9:00 ≫

時 間	内 容
9:00～	開会の挨拶
9:15～10:45	『メディカルチェック』（90分実践） 講師：米谷 泰一（KTA 医科学委員会委員） 講師：太田 圭介（JTA 医事委員会委員） 講師：稲葉 聡（KTA 医科学委員会委員）
10:50～12:20	『JTAフィールドテスト2016』（90分実践） 講師：梅林 薫（JTA 医事委員会委員） 魚田 尚吾（KTA 医事委員会委員） 今西 平（立教大学）
12:20～13:30	ランチタイム
13:30～14:30	『ジュニアテニス選手に見られるスポーツ傷害とその予防』 ～メディカルチェックのフィードバック（講義：指導者・保護者対象） 講師：米谷 泰一（KTA 医科学委員会委員） 『パフォーマンス向上のための体力づくり』（講義：ジュニア選手対象） 講師：梅林 薫（JTA 医事委員会委員）
14:40～16:20	『コンディショニングチェックのフィードバックと改善トレーニング』（講義・実践） 講師：魚田 尚吾（KTA 医科学委員会委員） 講師：今西 平（立教大学） 講師：稲葉 聡（KTA 医科学委員会委員）
13:30～16:30	『トーナメントトレーナー体制に関する情報交換』（講義：トレーナー対象） 講師：太田 圭介（JTA 医事委員会委員）
16:25～16:30	閉会の挨拶

※都合により、内容・講師を変更する場合があります。