

# 特別公開講座

## 「オリンピック選手のトレーニング&コンディショニング」 ～オリンピックフィジカルコーチが指導する競技で求められる体作り～

令和2年1月19日（日） つくば国際会議場

- 目的：これまで開催されたオリンピックにおいて、選手のトレーニング方法やコンディショニング作り等を指導してきた経験に基づき、東京オリンピックのフィジカルコーチとしての指導方法等を広く知っていただき、オリンピックを観戦する際の知識を深めてもらうことを目的とする。
- 内容：様々なプロスポーツ選手、オリンピック選手の日頃のトレーニング方法やコンディショニング作り等について、事例を交えながら、わかりやすく紹介をする。併せて、日本女子プロゴルファーの黄金世代を育成した秘話、オリンピック競技種目ゴルフのフィジカルコーチとしての考え方、指導方法等についても紹介いただく。
- 講師：筑波大学大学院人間総合科学研究科スポーツ医学専攻教授  
筑波大学体育センター長 白木 仁 氏
- 参加人数：約130名

**特別公開講座** 受講定数 200名募集 参加費無料

**「オリンピック選手のトレーニング&コンディショニング」**  
～オリンピックフィジカルコーチが指導する競技で求められる体作り～

講師：筑波大学大学院人間総合科学研究科スポーツ医学専攻教授  
筑波大学体育センター長 白木 仁 先生

【プロフィール】  
日本体育協会公認アスレティックトレーナーマスター  
シドニーアサネオリンピッククリニックロイヤルズドスライティング日本代表チームトレーナー  
日本ゴルフ協会競技普及強化推進本部シニアディレクター  
アスレティックトレーナーとして様々なプロスポーツ選手、オリンピック選手のコンディショニングを行い、野球では工藤公康投手、ゴルフでは片山晋吾・村口安子選手、スピードスケートの清水宏保選手、シドニーアサネオリンピッククリニックロイヤルズドスライティングデュエットの立花美良・筑田美保選手などのトップアスリートのサポートを行った。現在は、日本女子プロゴルファー黄金世代の育成に努めている。

開催日時	場所	タイムスケジュール
令和2年 1月19日(日) 午前9時30分～	つくば国際会議場 3階 中ホール300 つくば市竹園2丁目20番3号 TEL 029-861-0001	受付 9:00～ 開会 9:30～ 講演 9:40～ 質疑応答 11:15～ 閉会 11:30

■対象者：学校等の体育指導者・学生及び一般希望者  
■募集期間：令和元年11月20日(水)～令和元年12月20日(金)まで(先着順)  
先着200名までの方には、後日、参加券をご送付いたします。

参加希望の方は事前申し込みが必要です!!  
「氏名」「郵便番号」「住所」「電話番号」「参加区分」を明記のうえ、FAXまたはメールにて  
公益社団法人茨城県柔道整復師会までお申し込みください。  
申込先・お問合せ先 〒310-0804 水戸市白旗二丁目2番39号  
TEL 029-247-8111 FAX 029-247-8126  
E-mail shiraume08@ibaraki.email.ne.jp  
ホームページ <http://www.shadan-ibaraki.or.jp>



主催：公益社団法人 茨城県柔道整復師会  
後援：公益財団法人 茨城県体育協会・つくば市