

# 特別公開講座

「成長期の怪我予防とサッカートレーニング」  
～水戸ホーリーホックのアカデミーコーチ&トレーナーが直接指導～

■令和7年1月25日（土） 学校法人常磐大学 智学館中等教育学校 体育館

目的：サッカーは、世界中で愛されており運動能力を伸ばすのに適したスポーツです。サッカーをとおして、子どもたちが明るく逞しく健やかに成長するため怪我の予防とトレーニング法などを習得し、基本技術を身に付けることを目的とする。

講師：水戸ホーリーホック アカデミー コーチ&トレーナー陣

内容：水戸ホーリーホックアカデミーに在籍する、育成年代の指導に精通したコーチ&トレーナー陣が小学校高学年頃から発生しやすい成長期の怪我や悩みごとについて、分かりやすく解説しながら指導する。

参加人数：61名

## 特別公開講座

受講定数  
先着80名  
参加費無料

### 「成長期の怪我予防とサッカートレーニング」

水戸ホーリーホックの  
アカデミーコーチ&トレーナーが直接指導

令和7年(2025年)

1月25日(土)

午後2時～

【会場】  
学校法人常磐大学  
智学館中等教育学校  
体育館  
(水戸市小吹町2092)



講師：水戸ホーリーホックアカデミー  
コーチ&トレーナー陣

■水戸ホーリーホックアカデミーとは  
サッカーJリーグに所属するプロチームをトップとした「水戸ホーリーホック」において、プロサッカー選手を目指す小学生から高校生までの選手を一貫して指導する育成組織です。各カテゴリーには、選手の成長に合わせて指導を行う経験豊富な指導者が在籍しています。今回の講座では、水戸ホーリーホックアカデミーに在籍する、育成年代の指導に精通したコーチ&トレーナー陣が小学校高学年頃から発生しやすい成長期の怪我や悩みごとについて、分かりやすく解説しながら指導します。 ©MITO HOLLYHOCK



対象者：茨城県内の小学4・5・6年生(保護者の方も聴講できます。)  
持ち物：サッカーができる服装、体育館シューズ、飲み物、タオルなど  
募集期間：令和6年12月1日(日)～令和7年1月10日(金)まで(先着順)

タイムスケジュール	
受付	13:30～
開会	14:00～
講演・実技	14:15～
質疑応答	15:45～
閉会	16:00

参加希望の方は事前申し込みが必要です!!

公益社団法人 茨城県柔道整復師会ホームページ内のお申込みフォームからお申込みください。  
【ホームページURL】  
<http://www.shadan-ibaraki.or.jp>

※先着80名までの方には、後日メールにてご連絡いたします。

【申込先・お問合せ先】  
〒310-0804 水戸市白梅二丁目2番39号  
TEL 029-247-8111 FAX 029-247-8126  
E-mail koukaikouza@shadan-ibaraki.or.jp

主催：公益社団法人 茨城県柔道整復師会  
後援：茨城県教育委員会・公益財団法人 茨城県スポーツ協会