

第77回国体対策選手強化事業

令和元(2019)年度女性アスリートコンディショニング研修会実施要領

1 目的

第77回国民体育大会において、女子種別（成年女子・少年女子・女子）で皇后杯を獲得するために、女子選手が抱える問題点を改善するための研修会を開催し、女子種別の競技力向上を図る。

2 主催

第77回国民体育大会栃木県競技力向上対策本部

3 共催

栃木県教育委員会・公益財団法人栃木県体育協会・栃木県市町村教育委員会連合会

4 日時及び会場

令和元(2019)年12月7日(土) 14:00～16:30 (受付: 13:30～14:00)

とちぎ健康の森 講堂

〒320-8503 栃木県宇都宮市駒生町 3337-1

代表受付電話番号 TEL 028-627-4710

5 研修内容

研修Ⅰ (仮)「スポーツに関わる皆さんに知ってほしい”女性のからだ”」

講師 高尾 美穂 氏【イーク表参道副院長 産婦人科医】

研修Ⅱ (仮)「女性アスリートにおけるトレーニング学」

亀岡 舞 氏【岐阜県スポーツ科学センタースポーツ科学係研究員】

6 参加者

第77回国民体育大会において正式競技となる競技団体の女子選手（原則として中学生以上）及び女子種別に係る指導者（性別は問わず）及び保護者。

7 日程

	13:30	14:00	14:05	15:05	15:15	16:15	16:20	16:30
12/7 (土)	受付	開会	研修① 講話	休憩	研修② 講話	事務 連絡	閉会	解散