

コンディショニングとスポーツを通じた健康なまちづくり

【特別講演】トップアスリートが感じるコンディショニングの重要性

10:00-11:30



伊達 公子 氏

株式会社KD PLANNING 代表取締役
日本テニス協会 理事

1970年、京都府生まれ。6歳からテニスを始める。高校卒業と同時にプロテニスプレーヤーに転向。全豪、全仏、ウィンブルドンでベスト4入り。1995年にはWTAランキング4位に。1996年引退。2008年、プロテニスプレーヤーとして「新たな挑戦」を宣言し、37歳で現役復帰。2017年、2度目の引退。その後、早稲田大学大学院スポーツ科学研究科1年間の修士課程を修了。テニス解説やジュニア育成、テニスコート&スポーツスタジオのプロデュースなど、多方面で活躍中。



鈴木 岳.氏

株式会社R-body 代表取締役

東川町CHO (Chief Health Officer: 健康まちづくりアドバイザー)
ワシントン州立大学を卒業後、全米公認アスレティックトレーナー(ATC)資格取得。2003年、株式会社R-bodyを設立。スポーツ医・科学のコンセプトをもとにコンディショニングサービスを提供する施設を東京と千葉にて運営。東京オリンピック・パラリンピックでは選手村フィットネスセンターマネージャー / チーフトレーナーを務めアスリートの活躍を支える。近年では、トップアスリートへのハイパフォーマンスサポートを国民のライフパフォーマンスサポートに還元すべく、自治体にて健康なまちづくりに従事している。

テニピンで健康なカラダづくり - 幼少期の運動スポーツ指導の視点から -

11:30-12:00 講義、12:00-13:00 実技体験

幼少期の運動・スポーツ指導のあり方を学び、テニピンを通して東川町の子どもたちに運動・スポーツの面白さを伝えていただくと幸いです。学校の授業、スポーツ少年団の活動、仲間とのサークル活動などでテニピンを活用いただき、健康なカラダづくりに繋げる機会になることを願っています。参加者は、日本テニス協会認定資格「テニピンリーダー」を取得することができます(任意)。

【対象】学校の先生、スポーツ・少年団指導者、東川町民(大人)

【講師】今井茂樹氏 テニピン開発者
日本テニス協会普及推進本部副本部長
山梨学院短期大学准教授

8月9日(金) 10:00-13:00

東川小学校 ランチルーム・体育館 (東川町西4号北8番地)

料金: 無料

持ち物: 室内シューズ、「テニピンで健康なカラダづくり」にも参加される方は動ける服装

申込: ①二次元コード

②下記施設の窓口、電話

改善センター、B&G海洋センター、共生プラザそらいろ
0166-82-2111 0166-82-4600 0166-82-2111



主催: 東川町教育委員会生涯学習推進課

協力: 日本テニス協会
東川町保健福祉課ライフパフォーマンス室
株式会社R-body