

長野陸上競技協会 指導者講習会のお知らせ

本協会では陸上競技人口の拡大、ジュニア競技者、また指導者の育成強化を目指した普及事業を推進しております。今年度は長野県出身で日本陸連普及育成委員の小林敬和先生に 2016 年長野全中対策技術講習会にて、将来が期待される県内の若手選手が指導をいただく機会を得ることができました。小林先生は今や多くの現場で実践されている「スタビライゼーション・トレーニング」を日本に広めたパイオニアであります。多くの県内指導者の方に指導法等を学んでいただき、今後のご自分の指導に役立てていただければ幸いです。

つきましては、本講習会の趣旨をご理解いただき、大勢の指導者の方にご参加をいただきますようお願いいたします。

記

- 1 期 日** 平成27年3月29日(日) 雨天決行
- 2 場 所** 松本平広域公園陸上競技場 松本市今井小俣道 3443 TEL 0263-57-2211
- 3 主 催** (一財)長野陸上競技協会
- 4 運 営** (一財)長野陸上競技協会・普及強化委員会
講師：小林敬和(こばやしひろかず)先生(中央学院大) アシスト：長野陸協ジュニア部コーチ
- 5 日 程**
- ・選手受付 8:45～ 9:00 (指導者受付は随時)
 - ・開講式 9:10～ 9:30
 - ・午前の部 9:30～12:30(各ブロックごとの練習)
(長野陸協ジュニア部コーチが選手指導します。小林先生は巡回指導して頂きます。)
 - ・昼食 12:30～13:30
 - ・午後の部 13:30～16:00(全ブロック合同練習)
(各種目に共通する動きづくりや体幹強化等の練習を小林先生指導の下で行います。)
 - ・閉講式 16:10～16:20
 - ・解散 16:30
- 6 内 容** 本県の中学生(1, 2年選抜選手)を対象に行う講習会をご覧頂き、小林先生や長野陸協ジュニア部コーチの指導法を学んでいただく。
- 7 対 象** 地域・学校の指導者、長野陸上競技協会会員、主催者が認めたもの。
- 8 参加料** 無 料
- 9 申 込** 参加申し込み等の手続きは一切ありません。定員もありませんので当日お気軽にご参加ください。
- 10その他**
- ・昼食は各自ご用意ください。
 - ・天候等の関係で当日の時間、場所を変更する場合があります。

講師：小林敬和先生の紹介

1956年長野県上田市生まれ。81年順天堂大学大学院体育学研究科修士課程修了。中央学院大学法学部スポーツシステムコース教授。現役時代の専門種目は、陸上競技の十種競技で、79・80年に日本選手権2年連続優勝、79年アジア選手権で第2位。その後、世界選手権やアジア競技大会等のナショナルチーム役員を務め、2005年より国際陸上競技連盟コーチ教育認証課程の国際講師、09年より日本陸上競技連盟普及育成委員(指導者育成担当)、日本オリンピック委員会のナショナルトレーニングセンター専任コーチングディレクターとして活動している。1994年にわが国で初めて“スタビライゼーション・トレーニング”を紹介されました。

問い合わせ先 長野陸上競技協会 普及強化委員会 ジュニア部長 宮澤 真一

〒390-1104 東筑摩郡朝日村古見 3332-5 鉢盛中学校

学校TEL:0263-99-2501 FAX:0263-99-2635 携帯:090-4810-8315

E-mail: miyashin71923@yahoo.co.jp