

〈エネルギー文化・スポーツ財団助成事業〉

「スポーツコンディショニングセミナー」

アスリートなら知っておきたい！ 最高のパフォーマンスを発揮するために必要なことを元Jリーガーと一緒に学ぼう！

参加料無料

開催日時 令和7年 **3月21日(金)** 14:00~17:00 (受付 13:30~)

会場 広島県立総合体育館 武道場

対象 高校運動部及び各クラブチームの選手、指導者、マネージャー、トレーナー志望の学生、保護者、体づくりに興味のある方等

定員 100名 **先着順** 定員になり次第締め切ります。

持参物 ・運動のできる服装 ・室内シューズ
・タオル ・飲み物 ・筆記用具

参加賞



参加者全員に **KIRIN**
キリン イミューズ グリーン
キリン イミューズ オフ・ホワイト
ヨーグルトテイスト
各1本をプレゼント！

【セミナー内容】

ミニ講座 「免疫について知ろう」
(キリンビバレッジ株式会社)

講義・実習

「スポーツコンディショニングについて」

講師の紹介 竹原 亮紀 氏 (スポーツトレーナー)



- ・日本コアコンディショニング協会マスタートレーナー
- ・健康運動指導士
- (公財)広島県スポーツ協会医科学サポート事業等の講師
- 日本コアコンディショニング協会運営委員長
- 日本アダプテーショントレーニング協会理事
- (株)クリエクト代表取締役
- ジュニアアスリートサポートチーム コア×スポット代表



当館で行う
『体組成 & 骨密度測定』
お一人につき一回無料測定券を
プレゼント！

【タイムスケジュール】

時間	内容
13:30~	受付
14:00~14:05	開会
14:05~14:30	ミニ講座「免疫について知ろう」
14:30~14:35	休憩
14:35~16:45	スポーツコンディショニングについて(講義) スポーツコンディショニングトレーニング(実技)
16:45~17:00	閉会

スペシャルゲスト



中島 浩司 氏
(サンフレッチェ広島 0B)
[プロフィール]
仙台育英高校
ベガルタ仙台
ジェフ市原(現 ジェフ千葉)
サンフレッチェ広島

〈競技実績〉
2005、2006年 Jリーグヤマザキナビスコカップ優勝
2012、2013年 J1リーグ優勝
2012年 クラブワールドカップ 5位

選手時代のコンディショニングに関する貴重な話しか聞けるかも!?

お申し込み方法・お問合せ先

【受付期間】 **令和7年3月4日(火)~3月13日(木)**

下記までお電話、WEB フォームもしくは裏面「参加申込書」を FAX 又は総合受付までご持参ください。

※WEB フォームからのお申し込みは、ホームページのイベント申し込みフォームから必要事項をご記入のうえ、お申し込みください。

広島県立総合体育館 健康・体力サポートセンター

〒730-0011 広島市中区基町 4-1 TEL: **(082) 228-1111** FAX: **(082) 228-4992**

ホームページ: <https://h-jigyoudan.or.jp/sports-center/>



広島県立総合体育館

★ この講習会の様子を主催者が写真撮影します。当体育館のホームページ・刊行物等への写真の掲載については、あらかじめご了承ください。

★ マスメディアの撮影は、あらかじめ申し込みがあった団体のみとし、主催者の許可を得た場合に限りです。

★ 申し込みの際に記載される個人情報、本事業以外には使用いたしません。

主催 (公財)広島県教育事業団 (広島県立総合体育館)
後援 広島県高等学校体育連盟
協力 キリンビバレッジ株式会社西日本統括本部中四国支社