


生駒市スポーツリーダーバンク登録者【講演・講義者用】

登録No.	K	7
-------	---	---

ふりがな	せんざき かずま				
氏名	千崎 和真				
生まれ年	1979年	性別	男		
登録内容	トレーニング指導、ジュニアスポーツの各種パフォーマンス向上、傷害予防運動(実技、講義)				
専門性の程度	1. 気軽に楽しむ	2. 一般的	3. やや高度	4. 高度	5. その他
		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
資格等	保健学修士、日本トレーニング指導者協会指導士、健康運動指導士、NSPA-CPT				
競技経験指導経験	経験の有無	有 経験内容: 奈良県成年男子バスケットボールチームトレーナー、奈良学園大学女子バスケットボールチームストレングス&コンディショニングコーチ、奈良県ジュニアオールスター女子バスケットボールチームトレーナー、帝塚山大学アメリカンフットボール部ストレングス&コンディショニングコーチ、(指導チームは、100以上(単独テクニク含む))			
費用	1. 謝礼		2. 交通費のみ	3. 材料費等	4. 一切無償
	<input type="radio"/> 要相談				
	5. その他 :				
対象者	1. 幼児・児童	2. 青少年	3. 成人一般	4. 高齢者	5. 親子団体
					6. 限定なし
	7. その他 :				
活動可能な時間帯	土、日、祝日				
活動可能な地域	1. 市内全域		2. 市内北地区	3. 市内中地区	4. 市内南地区
	<input type="radio"/>				
登録者からのコメントなど					

が付いている項目が、対象となる項目です。

【プログラム(講演・講義用)】

講演・講義テーマ	講演・講義の内容	指導時間	必要品等
ジュニア期に取り組んでおきたいトレーニング	・ジュニア期に起こりやすいケガの紹介 ・予防のためのトレーニング ・起こってしまった時の応急処置	1~2時間(ニーズに合わせて)	・RGBケーブル ・モニター
試合でのパフォーマンスを最大限発揮するためのウォーミングアップ方法	・世界で行われているウォーミングアップの紹介 ・競技別に必要なウォーミングアップの紹介 ・年齢別で行うウォーミングアップの考え方	1~2時間(ニーズに合わせて)	・RGBケーブル ・モニター
本当に正しいトレーニング・ダイエット方法の見極め方	・本当に正しい情報を得るためには、~インターネット、テレビの情報が全て正しいとは限らない~ ・科学に基づく正しいトレーニング方法の紹介	1~2時間(ニーズに合わせて)	・RGBケーブル ・モニター
・保護者に伝えたい中学校・高校時に行っておきたいトレーニング	・強豪校を選ぶならトレーニング環境も視野に入れる ・正しいからづくりは運動・栄養・教養の3本柱から ・中3時に行っておきたいトレーニング	1~2時間(ニーズに合わせて)	・RGBケーブル ・モニター