



成長期のスポーツ指導

# 女性ジュニアアスリートの コンディショニングと指導法

女性ジュニアアスリートの“からだ”や“こころ”を理解することで、指導者の知識と指導技術の向上に貢献することを目的とします

10月17日 月  
19:00～20:30

～対象～

指導者・保護者 先着 **30**名程度

無料

会場：盛岡タカヤアリーナ(盛岡市総合アリーナ) 会議室

19:00  
～

## 運動機能チェックの紹介

19:15

講師：高橋 一男 氏 (岩手県文化スポーツ部スポーツ振興課 上席スポーツ医・科学専門員)

19:15  
～

## 女性アスリートのコンディショニング

20:30

講師：杉山 育美 氏 (岩手医科大学 薬学部 医療薬科学講座 創剤学分野 助教  
薬剤師 日本アンチ・ドーピング機構公認スポーツファーマシスト)

※ 講義終了後、10分程度質疑応答の時間を設けます

お申込み・お問合わせ  
※詳細はHPをご覧ください

(公財)盛岡市スポーツ協会事務局

TEL 019-601-5700 MAIL [jigyoka@morioka-sport.or.jp](mailto:jigyoka@morioka-sport.or.jp)

HP <https://morioka-sport.or.jp/other/nextgeneration/>

