

スポーツ選手・指導者実践研修講座

参加無料

競技力向上へ繋げる ウェイトトレーニングの基礎

講師：伊藤 良彦 氏 CSCS,AATI,PES

- ・株式会社R&S COMPANY 代表取締役
- ・トヨタ自動車女子バスケットボール部ANTELOPS
フィジカルパフォーマンスコーディネーター
- ・国立スポーツ科学センター トレーニング指導員（2007～2017）
- ・男子ラグビーセブンス日本代表
フィジカルパフォーマンスコーディネーター（2016～2018） 他



日時

2025年10月21日（火） 10:00～16:00（9:30受付開始）

会場

長崎県立総合体育館 大研修室・トレーニング室

申込締切

2025年10月14日（火）まで

参加対象

長崎県内のスポーツ選手、競技スポーツ指導者等

応募方法

所定の申込書を長崎県立総合体育館スポーツ科学課へ
郵送またはFAXにてお送りください

定員30名（先着）

※ウェイトトレーニング実技あり

【主催】

長崎県教育委員会
公益財団法人 長崎県スポーツ協会

【問い合わせ】

長崎県立総合体育館スポーツ科学課
所在地：〒852-8035 長崎市油木町7-1
電話番号：095-848-3515
FAX：095-847-1274