

指導者とトレーニング愛好者のための リアルストレングスセミナー

2012年度

講座概要・スケジュールのご案内



“本物”とは何か?を追求する

それは、単に「専門家であること」では無く、「人より抜きで存在する」というだけではない。本物とは、“ビジョンを持ち、自分自身を磨き続ける事ができる存在”である。本講習会は、単なる専門家養成にとどまらず、ビジョンをもって行動し、ビジョンをもって成長することをミッションとする“本物のストレングス&コンディショニングコーチ”、“本物のトレーニングを求めるアスリート”を志す方々に貢献できること目指しています。

リアルストレングスセミナーで学ぶ3要素と監修する講師陣

現場力

デモンストレーション能力
スピード・パワー

医学知識

医学的エビデンス
リハビリテーション

スポーツ科学

観察・分析・評価



石井 直方

スポーツ科学

東京大学 教授/理学博士
1955年 東京都出身
東京大学理学部卒業。同大学大学院博士課程修了。
力学的環境に対する骨格筋の適応のメカニズム、及びその応用としてのレジスタンストレーニングの方法論、健康や老化防止等について研究している。日本随一の筋肉博士としてテレビ番組や雑誌でも活躍。



有賀 誠司

現場力

東海大学スポーツ医科学研究所 教授
1962年 東京都出身
筋力トレーニングを中心としたスポーツ選手の体力強化を専門とし、所属では20団体を越える運動部に対するトレーニングの指導、統括を担当。柔道、バレーボール、スキージャンプ等、多数の日本代表選手のトレーニング指導を手がける。
日本トレーニング指導者協会(JATI) 理事



山田 睦雄 (MD,Ph.D)

医学知識

医師/医学博士(整形外科、リハビリテーション科専門医)
財団法人日本体育協会公認 スポーツドクター
日本障害者スポーツ協会公認 障害者スポーツドクター
財団法人ラグビーフットボール協会 安全対策推進委員会事故分析班
流通経済大学スポーツ健康科学部
スポーツ健康科学研究科スポーツ科学専攻 准教授
特定非営利活動法人 Medical Exercise and Training 理事長

取扱いテーマ

- 正確な医学知識 ●スポーツ科学(観察力・分析力・評価力)
- 実技能力(パワー・スピード・デモンストレーション) ●テクニカル(ストレッチ、テーピング、徒手治療法)
- マネジメント ●プレゼンテーション ●ビジョン・マインドの構築(ストレングスコーチの役割・使命)
- トレーニングと栄養 ●他職種とのリレーション 他

※セミナースケジュール・担当講師は裏面をご覧ください。

実践的ゼミ講座でキャリアを磨く

昨年度受講者のためのステップアップ講座

プロフェッショナルコース新設

※プロフェッショナルコースは、下記ウェブサイトにて受講資格をご確認いただきお申し込みください。

主催



特定非営利活動法人
Medical Exercise and Training

協力



株式会社THINKフィットネス

お問い合わせ

アスリートを支える人材のキャリアアップアカデミー



株式会社アスリートギャラリー
(セミナー事務局)

お申し込みの際は、必ずウェブサイトの「お申し込み方法」をご確認ください。

<http://www.athlete-g.co.jp/>



REAL STRENGTH COACH SEMINAR 2012 SCHEDULE

第1回

4月21日(土) **P**

現場力

戦略的思考に基づく トレーニング計画と運営

有賀 誠司
東海大学スポーツ医科学研究所 教授
日本トレーニング指導者協会(JATI)理事



第6回

9月8日(土) **P**

スポーツ科学

医学知識

パフォーマンスアップのための 体幹トレーニング—基礎理論とその実践—

岡田 隆
了徳大学 健康科学部 整復医療・トレーナー学科 講師
水球日本代表チーム トレーナー



第2回

5月12日(土) **P**

現場力

質の高いトレーニングを行う為の 観察ポイント

— 運動連鎖を考慮した改善アプローチ —

土黒 秀則
早稲田大学スポーツ科学部非常勤講師
ストレンクス&コンディショニングコーチ



第7回

10月13日(土)

スポーツ科学

骨格筋肥大のメカニズムと その応用

石井 直方
東京大学 教授、理学博士



第3回

6月2日(土) **P**

現場力

ストレンクスコーチに必要な ストレッチの活用法とその応用

長畑 芳仁
特定非営利活動法人 日本ストレッチング協会 理事長
すたれっち塾 塾長



第8回

12月8日(土)

現場力

私が考えるボディビルへのアプローチ

— すべての動きには理由がある。これがミスター日本のトレーニング —

鈴木 雅
GOLD'S GYM アドバンストレーナー
2010年、2011年 全日本男子ボディビル選手権大会優勝者



第4回

6月30日(土) **P**

スポーツ科学

競技寿命を延ばすための トレーニングとメンテナンス

谷本 道哉
近畿大学 生物理工学部人間工学科 講師
博士(学術)



第9回

2013年1月19日(土) **P** 医学知識

トレーニング現場での アライメントとスポーツ傷害

山田 睦雄
特定非営利活動法人 Medical Exercise and Training 理事長
流通経済大学スポーツ健康科学部 准教授
朝日本体育協会公認スポーツドクター(整形外科医)



第5回

7月14日(土) **P**

現場力

爆発的なパワー発揮を実現する トレーニングプランの実践

— クイックリフトの分習から提案するトレーニングメニュー —

猪俣 弘史
東海大学スポーツ医科学研究所 トレーニングセンター統括補佐
流通経済大学ラグビー部 ストレンクスコーチ



プロフェッショナルコース

2012年度新設

ゼミ形式の現場力養成プロ講座

【開催日】セミナースケジュール中、**P**マークの印のある日に同日開講。

【講師】当日のストレンクスセミナー担当講師がファシリテーターとなります。

【内容】各回とも担当講師が事前に提示するテーマに対して、プレゼン&ディスカッション形式の実践ゼミ講座(事前提出課題あり)

【開講時間】14:00~17:00(各回共通)

※当セミナーのウェブサイトで、受講要件をご確認の上でお申し込みください。(要事前審査)

受講料

※通年受講コース・プロフェッショナルコース選択者に活動サポートの特典あり。詳しくはウェブサイトをご覧ください。

	通年受講コース(全9回)	各回受講コース	プロフェッショナルコース
一般	72,000円	10,000円	90,000円
学生	61,200円	8,500円	-

※金額は全て税別表示です。
お申し込みの際は、本セミナーウェブサイトの「お申し込み方法」を必ずご確認ください。

開講時間

- 2012年度セミナー 18:00~21:00
- プロフェッショナルコース 14:00~17:00
- ※プロフェッショナルコースは上記スケジュールの**P**マーク記載日に開催されます。

会場

ゴールドジム/中野サンプラザ 他

※担当講師、開講時間、会場等は変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。各セミナーの概要、講師のプロフィールはウェブサイトをご覧ください。