

平成31年4月1日(月)

京都体操協会
指導者様

京都体操協会
理事長 川上貴由

公認コーチ養成講習会 伝達研修会のお知らせ

桜花の候、皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、強化部長の川崎大輔先生と競技部員の竹井誓志先生が、昨年末に5日間に渡って公認コーチ講習会に参加されました。先日、行われました代表者会議では「ベーシックな体力向上がDスコアの向上につながる」として、ロシア式力技トレーニングの導入・基本トレーニング実施の徹底などの説明がありましたが、川崎先生と竹井先生が公認コーチ講習会で学んだ最新の指導方法を伝達研修することにより、京都の競技力向上につながればと思ひ、以下のような日程で研修会を行います。万障繰り合わせの上、参加して頂きたいと思ひます。

記

- ① ・オリエンテーション (コーチに求められる資質についてなど) 1時間30分
・審判法 (最近のルールと採点の傾向、コーチ・選手のマナーについてなど) 1時間
【実施日 5月11日(土) 9:00~11:30 場所:梅津中学校】
- ② ・バレエレッスンの手法 (姿勢トレーニングの強化など) 1時間
・ウォーミングアップ手法 (全身を大きく効率よく動かすための運動など) 2時間
【実施日 5月12日(日) 9:00~12:00 場所:ジャンピング】
- ③ ・基本トレーニングの手法 3時間
(技へ発展させるための体の動かし方、体幹・倒立・走力の指導法、けがの予防など)
【実施日 5月26日(日) 9:00~12:00 場所:ジャンピング】
- ④ ・基本練習の手法 3時間
(タンブリングトランポリンの活用方法、最新のバック転の練習法、最新のスイング練習法など)
【実施日 6月9日(日) 9:00~12:00 場所:ジャンピング】

「参加について」

- ・それぞれに単独の研修会ですので、各自で必要と思われた研修会に参加して下さい。
 - ・②～④については選手の参加も可能です。1クラブ3名以内でお願いします。
 - ・1回につき2000円の受講料を徴収します。 *選手は1回につき500円とします。
 - ・遅刻しての参加は遠慮してください。
 - ・事前に資料の準備を行いますので、参加を希望される場合は実施日3日前までに竹井先生まで連絡して下さい。
- 連絡先：梅津中学（075-882-0910）