



平成29年度 スポーツリーダー講座

「青少年期の体幹トレーニングと体づくり、
青少年期のスポーツ実施時の熱中症予防・
水分」テーマに、運動・スポーツの指導者または
指導者を目指す方などを対象に、運動・スポー
ツに関する幅広い知識や技術を習得するた
めの講座を開催します。

- ◆対象:18歳以上で、運動・スポーツの指導者または
指導者を目指す方など（高校生不可）
※幼稚園・保育園・小・中・高等学校の先生
も可

※お子様連れの参加はできません。

- ◆定員:各70名（先着順）
- ◆会場:ウェルピアながいずみ 多目的室・アリーナ
- ◆持ち物:筆記用具・室内用シューズ、飲み物
- ◆運動のできる服装でお越しください（第1～3回）
- ◆講義・実技の内容は一部変更になる場合があります。
- ◆実技を伴いますので、本講座には万全の健康状態
で自己責任のもと、ご参加ください。
万一事故が発生した場合は、主催者は加入保険の
範囲、および応急処置以外の責任は負いかねますの
で、ご了承ください。
皆様に安全にご参加いただくために、ご協力をお願い
します。

第1～3回

平成30年1月23日(火) 19:00～20:30

2月9日(金) 19:00～20:30

2月21日(水) 19:00～20:30

テーマ・内容

『**青少年期の体幹トレーニングと体づくり
～年代別のトレーニング（小・中・高校生）
（講義・実技）**』

近年話題となっている体幹トレーニングについて、青少
年期の体づくりとあわせて、考え方、取り組み方など
について、アスリートの体幹の秘密などにもふれなが
ら、指導を受けます。第1回はサッカー選手などのサポ
ートで活躍されている木場氏による指導です。（原則3回
参加できる方を対象としますが、途中の回からの参加も
可能です。）

《講師》一般社団法人JAPAN体幹バランス指導者協会

第1回 木場克己さん

第2回 藤本幸久さん

第3回 中田 亮さん

（講師のプロフィールは裏面をご確認ください）

第4回

平成30年3月6日(火) 19:00～20:30

テーマ・内容

『**青少年期のスポーツ実施時の熱中症予防と水分補給**』

4月から新入部員を迎えるに当たって、この時期に
ぜひ聞いておきたい熱中症予防と水分補給のポイント
について、講義を受けます。

《講師》 大塚製薬株式会社
（パートナーシップ協定企業）

《申込先・問い合わせ先》

電話またはウェルピアながいずみ総合案内にて申込み。

1回だけでも申込み可能。

広報ながいずみ11月15日号でもご案内しております。

◆申込み開始：12月1日(金)（町内在住・在勤の方）

1月9日(火)（町外の方）

長泉町健康増進課 TEL：055-989-5510

《お願い》 駐車台数に限りがありますので、徒歩または自転車等での来場にご協力をお願いいたします。

講師紹介 (第1～3回) 第1回 木場克己さん

木場克己氏 1965年生まれ

一般社団法人JAPAN体幹バランス指導者協会
KOBASポーツエンターテイメント(株) 代表
KOBAS式体幹バランストレーニング協会代表

○ 経歴・資格・活動鍼灸師取得 / 柔道整復師取得 /

中津中医学院認定鍼師 / 健康運動指導士取得 /

日本体育協会アスレティックトレーナー取得 /

トヨタカップ サンパウロFC治療担当 (1995) / サッカー日本選抜トレーナー

(1996) / Jリーグ選手パーソナルトレーナー / FC東京ヘッドトレーナー (19

95～2002) / 日本体育協会公認アスレティックトレーナー検定員 (2008年～)

／東都リハビリ専門学校特別講師 (2008～) / 横浜FCメディカルアドバイザー

／サンフレッチェ広島ユースコンディショニングフィジカルアドバイザー (2010

年～2012年) / 湘南ベルマーレコンディショニングアドバイザー (201

4年) / 長友佑都専属トレーナー / 金崎夢生専属トレーナー / スポーツクラブ

ルネサンスプログラムアドバイザー (2014年～) / ガンバ大阪ユースコンディ

ショニングトレーニングアドバイザー (2016年) / 日本郵政グループ女子陸

上トレーニングコンディショニングアドバイザー (2016年～)

木場克己オフィシャルホームページ <http://kobakatsumi.jp>



第2回 藤本幸久 さん



【KOBAS式体幹☆バランスマスタートレーナー】

【プロフィール】

体幹トレーニングの第一人者であるプロトレーナー木場克己に師事し、ジュニア世代～ご年配の方まで実践可能なメソッド【KOBAS式体幹☆バランス】トレーニングを軸に幅広い年代への指導を行っている。

【活動実績】

- ・各専門学校 非常勤講師 (ライセンス講習)
(新潟柔整・日本工学院八王子専門学校・了徳寺専門学校)

第3回 中田 亮 さん

【プロフィール】

日本工学院八王子専門学校非常勤講師
主に野球、サッカー、ゴルフなどのパーソナルトレーナー、講師として活躍している。

