

地域スポーツとトップスポーツの好循環推進プロジェクト

スポーツ まつり

みんなで
楽しく
体づくり

とき 2016.2月20日[土]

ところ 大東公園市民体育館

島根県雲南市大東町大東1094

参加費 / 300円

午前の部 <講演 / 10:00~10:30>【大研修室】

「ジュニアスポーツで大切なメディカルケア」

島根大学医学部 門脇俊 (かどわかまさる) 氏

島根大学付属病院整形外科助教。日本整形外科学会専門医、スポーツ医、運動器リハビリテーション医、日本体育協会公認スポーツドクター。スポーツ整形を専門とし、SMARTの医師部門部長(世話人)として活動する。島根県立隠岐高等学校出身。

午前の部 <講演 / 10:30~12:00>【大研修室】

体験①指導者向け実技と座談会

スポーツドクター・アスレティックトレーナーから、現場での困り事など具体的な事例をもとに、メディカルケアの実技や対応方法などを学びます。また、意見交換を行い、今後のスポーツ現場とスポーツメディカルのつながりを考えます。

午前の部 <講演 / 10:30~12:00>【大体育館】

体験②ジュニアアスリート向け実技

スポーツ医学・リハビリテーションの専門家から、効果的なウォーミングアップやクールダウンのストレッチ、動きの基礎を高めるトレーニングなどを教えてもらいます。保護者の皆さまもどうぞ一緒にください。

(SMART: 島根スポーツ医学・リハビリテーション研究会
<http://www.med.shimane-u.ac.jp/orthop/SMART>)

お申し込みは裏面の申込記入欄にご記入の上、ファックスでお送りください。

Facebook

地域スポーツとトップスポーツ 検索



食事ブース
「体にやさしい地域食材のお店」の
出店があります。お楽しみに!

親子

コーチ

医師

理学療法士

トレーナー

ジュニアのための
スポーツメディカル教室

小学生、中学生、高校生など、ジュニア世代のスポーツは、身体の成長期とともにあります。この時期から医科学的な知識やケアを取り入れることがケガを予防し、競技力を向上することにつながります。スポーツメディカルを学んで、チームの、自分の、我が子の「体づくり・スポーツ環境」をより良くしていきましょう!



午後の部

カローリング

場所 / 小体育館
時間 / <前半> 13:30~14:30
<後半> 15:00~16:00
(担当 / 雲南市スポーツ推進委員)



午後の部

運動神経を高めよう!
コーディネーション
トレーニング体験

場所 / 大体育館
時間 / 15:00~16:00
(担当 / 身体教育医学研究所うなん)



午後の部

体と仲よくなる
ダンスレッスン

場所 / 大体育館
時間 / 13:30~14:30
(担当 / 福島徹)



午後の部

バスケットon3

場所 / 大体育館
時間 / <前半> 13:30~14:30
<後半> 15:00~16:00
(担当 / バスケットボール指導者)



ウェーブ
ストレッチング
ヨガ

場所 / 大研修室
時間 / 13:30~14:30
(担当 / 倉田里美)



午後の部

体ほぐしと
ゆったり気功

場所 / 大研修室
時間 / 15:00~16:00
(担当 / 三瓶裕美)



午後の部

ストラックアウト

場所 / 大体育館
時間 / <前半> 13:30~14:30
<後半> 15:00~16:00
(担当 / TEAM DAN-DAN)



<お問合せ> TEL.0854-43-5511 (大東公園市民体育館)

主催: NPO 法人 Yu-Gaku 加茂スポーツクラブ

後援: 雲南市・雲南市教育委員会・雲南市スポーツ推進委員協議会