

第2弾

平成 29 年度科学的トレーニング特別強化事業

無料

女性アスリート コンディショニングセミナー

～婦人科医から女性アスリートに向けての提言～

女性アスリート特有の疾患、運動性無月経をはじめとした**女性アスリートの三主徴**が問題になっています。女性アスリート自身がからだのことを理解するとともに、指導者、保護者の方も女性のからだや諸問題について学び、日々のトレーニングやコンディショニングに活かすことで、競技力向上を図ることを目的とします。

第 1 部 : 15:30～16:30

女性アスリートの現状とその対策

第 2 部 : 16:30～17:00

女性アスリートの悩み Q&A

【日時】 2018 年 **3 月 3 日（土） 15:30～17:00**

【会場】 いしかわ総合スポーツセンター（第 1 会議室）

金沢市稚日野町北 222 番地

【講師】 **鮫島 梓** 富山大学 産科婦人科学教室

【対象】 チーム石川 選手、指導者、保護者 など

【定員】 **50 名（要事前申し込み）**

【主催】 いしかわ科学トレーニング専門グループ

【その他】 質問などがございましたら申し込み時にお知らせください。



■申し込み・お問い合わせ■

いしかわ総合スポーツセンター トレーニングルーム

TEL 076-268-2420 FAX 076-268-2426