

# 2022年度 第2回 “コンディショニングセミナー”

セミナーでは、トレーニング科学、スポーツ栄養学、スポーツ医学、メンタルトレーニングなど、スポーツ現場で活かせるコンディショニングを学びます。

主催：長崎国際大学人間社会学部国際観光学科 スポーツツーリズムコース

今回はスポーツ選手だけではなく、今よりも体の動きを良くしたい方どなたでも参加可能な講義と実技です

テーマ：

もう一段階、動きを良くするコンディショニング  
～あなたの持っている力を最大限に活かす～

講師 能 由美 氏

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー  
理学療法士  
motto Assist 代表

学校やスポーツチーム・選手のトレーナーとして、多くのアスリートをサポートしている。東京オリンピックメディカルスタッフとして帯同。スポーツ整形外科での勤務経験や、ヨガインストラクターの資格も活用し、グループトレーニングやパーソナルトレーニングも行う。また、女性トレーナーの立場から、子どもや女性、アスリートへの適切な指導は評価が高い。長崎市内在住。



日時： 2022年11月9日（水） 17:00～18:30

対象：長崎国際大学学生、職員、または、大学関係以外の方でもスポーツに携わっている方、興味がある方、コンディショニングを学びたいなど、熱意のある方。

参加費：無料

会場：長崎国際大学 4101 教室

〒859-3243 佐世保市ハウステンボス町 2825-7 (TEL: 0956-39-2020)

問い合わせ：国際観光学科スポーツツーリズムコース 末永 (suenaga@niu.ac.jp)

申し込み：大学関係者は必要ありません。当日、運動ができる服装でご参加ください。

※大学関係以外の方は、上記の末永まで「コンセミ参加希望」というタイトルで、「氏名」「連絡先（携帯）」をメールにてご連絡下さい。当日参加も可能です。