

2023年度 第2回 コンディショニングセミナー

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

パワー・ジャンプ力・瞬発力に飢えている人は必見！
すぐに使えるパワー系トレーニングの講義と実技です

テーマ：

『パワー系競技のためのトレーニングプログラム』

競技力のベースになる筋力・関節力アップを基礎から学ぶ

講師 松川 征平 氏

■所属

パーソナルトレーニングジム

DUPLE for movement 代表兼トレーナー

■資格

NSCA-CPT

JATI-AATI

健康運動指導士

■紹介

パーソナルトレーニングジム経営。フィットネスクラブやスポーツ行政、専門学校などで指導者としてスポーツ・フィットネスに従事し、現在はパーソナルトレーニングジムを軸に大手スポーツクラブでのパーソナル、高校運動部、プロアスリート、介護事業所など、多彩な運動指導、健康関連のサービスを提供。長崎市在住。



日時： **2024年1月17日(水)** 17:00~18:30

対象：長崎国際大学関係者、または、大学関係以外の方でも興味がある方

参加費：無料 ※大学関係者は申し込み無しでも参加できます。

会場：長崎国際大学 4101 教室

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：右下のQRコードから入力、またはメールにて上記の末永まで「参加者名(団体の場合は代表者名)」「人数」「緊急連絡先」をご連絡下さい。

申し込みはQRコードから⇒
もしくはメールにて

