

令和7年7月26日

第2回新潟トレセン参加の保護者 各位

選手・保護者向けセミナーのご案内

将来に向けた選手としてのキャリアを考える際に怪我や故障の予防は必須となります。また親として成長期の選手の身体に対する理解は今後のキャリアにも影響してきます。県内でも怪我や故障で苦勞している選手が多いので、少しでも改善できればと思い企画しましたので、是非ご参加ください。

タイトル 成長期のコンディショニング方法 一家庭で取り組む怪我をしない身体づくりー

日時 8月15日(金) 14:00~17:00

会場 マリンブルーテニススクール

セミナー講師 藤原俊輔氏

セミナー内容 14:00~15:30 (保護者)

「成長期の身体状況について」座学

・成長期特有の身体状況を理解する事で、今なにを中心に行うべきかを理解して頂きます。

・発育発達の流れを説明します。

・暑熱対策(熱中症の予防と対策)をご説明します。

16:00~17:00 (選手+保護者) オンコートにて

「セルフチェックとセルフコンディショニング方法」

・自分の現在の身体状況を把握し、弱点に対してのアプローチ方法の実技を行います。

・身体の違和感に気づく事がスポーツ障害予防のための第一歩です。

募集内容 ・当日トレセンに参加する保護者 20名

・上記以外に興味のある方 20名 (合計 40名)

申込・お問い合わせ先(申込締切日 8月14日(木) ※先着順・定員に達した場合締め切り)

トレセン委員会 委員長 内山 和子 kazuko0801kingin@icloud.com

講師プロフィール

藤原 俊輔 (ふじわら しゅんすけ) 43歳

兵庫県姫路市のスポーツ整形外科に20年勤務後、現在は STAMP.LH(Body Conditioning & Care room) 代表

保有資格

・JTA-CTT (日本テニス協会認定トレーナー)

・理学療法士

・JSPO-AT (日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー)

経歴

- ・日本テニス協会医事委員会（2023年度～）
 - ・関西テニス協会医科学委員会 委員長補佐
 - ・兵庫県テニス協会トレーナー委員会 委員長 テニス現場でのトレーナー活動
 - ・TOKYO 2020 テニス競技 選手用理学療法士
 - ・国体兵庫県代表チームトレーナー（2011年～）
 - ・ATP HYOGO NOAH CHALLENGER オフィシャルトレーナー（2016年～）
- その他、ジュニアからプロまでの大会トレーナー活動 多数