

**平成２８年１１月 ６日 (日) 受付９:３０～９:５０**

**午前の部　(研修Ⅰ)　　研修時間１０:００～１２：００　　講　堂**

**内　容（ 講義 ）**

**「**トレーニングの理論と実践**」**

　**講　師　　久保　潤二郎 氏　　平成国際大学准教授**

**(くぼ　じゅんじろう)　埼玉県体育協会スポーツ科学委員会専門部員**

**トレーニング理論を学び、効果的なトレーニングの実践から体つくりに**

**ついて考える。**

**午後の部　(研修Ⅱ)　　研修時間 １３:１０～１５：１０　　講　堂**

**内　容（ 講義 ）**

　　　　「楽しいスポーツライフを送るための栄養学」

　　**講　師　近藤　衣美 氏　　　管理栄養士・健康運動指導士・臨床検査技師**

　　　　　 **(こんどう　えみ) 　大阪体育大学大学院スポーツ科学研究部博士課程**

　　　　　　　　　　　　　　　 **埼玉県体育協会非常勤職員**

 **楽しいスポーツライフをつくるための食生活について考える。**

対 象 者　　県内に在住・在勤・在学のスポーツ指導者及びスポーツ指導者を目指す方

　定　　員　　６０名

参 加 費　　無　料

申込方法　　受講希望者は参加申込書に必要事項を記入の上、Fax又は電子メールにて申し込む

☆締め切り　　平成28年10月28日(金)必着　※定員になり次第、締め切ります。

申 込 先　　スポーツ総合センター内　　公益財団法人埼玉県体育協会　生涯スポーツ課( 担当 :野澤 )

住所　上尾市東町　３－１６７９　　電話　０４８－７７９－５８９５

Fax 　０４８－７７４－５５５０　　E-mail　s.nozawa@saitama-sports.or.jp

交　　通　 ＪＲ高崎線「上尾駅」東口下車

○ 徒歩25分・タクシー10分

○ けんちゃんバス

　　上尾駅東口 発 → 蓮田駅西口（がんセンター経由）行「水上公園入口」徒歩５分

○ ぐるっとくん（市内循環バス）

　　原市循環(水上公園先回り)「スポーツ研修センター」徒歩２分

※　バスは運行本数が大変少ないため、

利用される場合は、事前に時刻表を確認してください。