

日本水泳トレーナー会議による *ドライランドトレーニング実技指導* *個別コンディショニング*

ジャパンマスターズ2016出場選手のために、マスターズニュースで連載中の

日本水泳トレーナー会議の先生方がコンディショニングブースを開設します！

日 時		7/16 (土)	7/17 (日)	
	ドライランドトレーニング	詳細は当日会場内掲示でご確認ください		※1回約30分
	個別コンディショニング			※1人約20分
場 所	ドライランドトレーニング	3階レストランフロア (1回定員20名)		
	個別コンディショニング	2階コンディショニングブース		
内 容	医療系国家資格(理学療法士、柔道整復師、鍼灸師など)を有するトレーナーによる指導です。			
	ドライランドトレーニング	速く泳ぐための「からだづくり」		
	個別コンディショニング	個別にマッサージやストレッチ、エクササイズ		
申込方法	日本水泳トレーナー会議ブースの予約表へお名前を記入してください。			
	※ 個別コンディショニングは先着順(当日分のみ受け付け)のため、希望時間のある方はお早めに予約をお取りください。			
	※ 競技時間・施術時間等により、希望時間にコンディショニングを受けられない場合もありますので、ご了承ください。			
その 他	簡易カルテを記入いただき、その情報を管理・運用させていただく場合があります。			

マスターズスイマーのための * スイムクリニック *

日 時	7月17日(日) 15:00~16:00
内 容	「学校健診が変わった — 子や孫たちのロコモティブシンドローム —」
講 師	塚越 祐太先生(筑波大学整形外科 専門:小児整形外科、成長期スポーツ障害)
申込方法	大会受付へお申し込みください。(希望者多数の場合は先着順)