

Contents

- | | | | |
|----|---|----|---|
| 5 | SPECIAL INTERVIEW
TOTO陸上競技部監督、
(公社)日本トライアスロン連合 公式コメンテーター
山本光宏 [前編] 聞き手◎有賀 雅史 | 42 | ジュニア世代へのトレーニング指導 第52回
縄跳びを用いた
トレーニングについて②
三島 隆章 |
| 10 | Velocity Based Training(VBT)の理論と実際 第9回
VBTというトレーニング法は
どこから来たか?
長谷川 裕 | 45 | GTK現場で使える機能解剖学 第26回
咀嚼筋のはなし
大山 卞 圭悟 |
| 14 | 健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第28回
糖質制限食
杉浦 克己 | 48 | 現場で生かす運動生理学 第28回
「耐乳酸トレーニング」とは
榎木 泰介 |
| 18 | 現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第16回
プッシュアップ
有賀 誠司 | 52 | 治療院における運動指導プログラムの展開 第7回
スポーツ現場における
運動指導者のポジション
西川 壘 |
| 22 | スクワット法の違いによる下肢や体幹のキネマティクス
スクワット時の膝の動作制限が
下肢関節や体幹に及ぼす影響
佐野村 学 | 54 | 目指せ、トレーニング指導者の新星! 第28回
学内調査隊
名古屋リゾート&スポーツ専門学校 |
| 29 | トレーニング指導者に必要な摂食障害の知識 第19回
food addiction と過食
杉山 英子 | 56 | PHI Pilatesの理論と実践 第6回
運動療法としての
アスリートへの活用(上肢・体幹)
空 敬太 |
| 32 | 運動指導者として深化し続けるために 第12回
シングルレッグデッドリフトへの
段階的なプログレッション
谷 佳織 | 59 | FIA通信
フィットネスクラブ・マネジメントの
必要性
菰沢 靖彦 |
| 37 | From Sports Media 第52回
「ラグビー万歳!」
武智 幸徳 | 60 | 専門誌編集部から
疲労の実体を知ること
健康対策が変わる⑧
河辺 雄治 |
| 38 | 競技力向上のメンタルトレーニング 第40回
練習に対する心理的準備その②
高妻 容一 | 61 | 専門誌編集部から
西澤 隆さん
「コーチ育成に携わるのは、
最終的に選手のため」
浅野 将志 |
| 41 | トレーニング指導者のための最新スポーツ科学
フィンの装着による筋活動量の変化
飯塚哲司 | | |

62

専門誌編集部から

北欧に、学ぼう

古屋 武範

63

専門誌編集部から

「スーパーエイジャー」たちの トレーニング

岩井 智子

64

トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第28回

個として自立するための考え方 その⑩

続:「強いチーム」が 明確にしていること

遠藤 一佳

66

JATI賛助会員レポート Vol.45

有限会社 ラウンドフラット

ニッポン全国 JATI養成校・養成機関訪問

67

平成国際大学

68

鈴鹿医療科学大学

69

大原スポーツ公務員専門学校 盛岡校

70

JATI継続単位付与問題

72

8支部リレーセミナー

大学サッカー部(男子)に対する サポートの事例報告

吉沢 厚志

73

8支部だより

74

JATI養成校・養成機関一覧+編集後記

76

JATI継続単位対象セミナー+

2019年度 年間予定 資格認定事業



健康日本21

日本トレーニング指導者協会は
健康日本21推進
全国連絡協議会の会員です

オフィシャルスポンサー 株式会社 明治

JATI賛助会員一覧

株式会社R-body project/株式会社ウエサカ ティー・イー/エスアンドシー株式会社/株式会社LPN/株式会社キットクルー/有限会社クラブクリエイト/株式会社クラブビジネスジャパン/株式会社ザオバ/株式会社サンクト・ジャパン/サンテプラス株式会社/一般社団法人ジャパン・アスレティックトレーナーズ機構/ジャパンライム株式会社/ジョンソンヘルステックジャパン株式会社/株式会社THINKフィットネス/一般社団法人スポーツパフォーマンス分析協会/セノー株式会社/医療法人再生会そびまクリニック/株式会社大修館書店/Titleist Performance Insutitute/株式会社ニシ・スポーツ/株式会社パフォームベタージャパン/有限会社フィットネスアポロ社/株式会社ブラボーグループ/株式会社プロティア・ジャパン/ミューラー・ジャパン株式会社/株式会社ユーフォリア/ライフ・フィットネス・ジャパン株式会社/有限会社ラウンドフラット

(2019年10月現在) 28社 五十音順

特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会

【参与】

伊坂忠夫(立命館大学教授)
石井直方(東京大学教授)
井上 力(井上整形外科院長)
魚住廣信(元平成スポーツトレーナー専門学校校長)
小澤治夫(静岡産業大学教授)
川原 貴(元国立スポーツ科学センター センター長、日本臨床スポーツ医学会理事長)
桜井伸二(中京大学教授)
鹿倉 二郎(順天堂大学客員教授)
杉浦克己(ザバス スポーツ&ニュートリション・ラボ顧問、立教大学教授)
関口 脩(日本体育大学名誉教授)
田口素子(早稲田大学教授)
平野裕一(法政大学教授)
福林 徹(有明医療大学特任教授)
山本利春(国際武道大学教授)
湯浅景元(元中京大学教授)

五十音順

【理事長】

長谷川裕(龍谷大学教授)

【副理事長】

有賀雅史(帝京科学大学教授)
有賀誠司(東海大学教授)

【理事】

菅野昌明(愛知学院大学ラグビー部コンディショニング・ディレクター)
油谷浩之(関西学院大学アメリカンフットボール部ストレングスコーチ)
久村 浩(合同会社ベストパフォーマンス代表)
田村尚之(国立スポーツ科学センター コンディショニング課 主幹)
小川恭二(ステージコーチ代表)

【監事】

山内 武(大阪学院大学教授)
福守研二(大福企画主宰)

発行 特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会
広報・企画委員会

委員長/有賀雅史 委員/久保田潤 吉田裕和
編集/光成耕司 ライター/下川 祐 デザイン/Design OZ

表紙=2019年8月31日~9月1日開催 NPO法人日本健康運動指導士会共催 筋力
トレーニング指導スキルアップ講習会(左上の写真及び右隣の集合写真)
2019年9月1日開催 近畿支部ワークショップ(上記集合写真の左下の写真)
2019年9月15日開催 東海支部ワークショップ(「Vol.73」の上の写真)
2019年9月29日開催 近畿支部ワークショップ(「Vol.73」の左の写真)
2019年9月29日開催 中国・四国支部ワークショップ(左下の集合写真)

〒106-0041 東京都港区麻布台3-5-5-907

TEL: 03-6277-7712 FAX: 03-6277-7713

e-mail: info@jati.jp http://www.jati.jp/

2019年10月(第73号) 定価2,000円+税