



JATI 東海支部 ワークショップ

本ワークショップ前半では、歩行やランジ動作、ランニングなどの基本動作となる片脚立位の動作評価から上半身と下半身の機能不全を考え、改善方法をコレクティブエクササイズとピラティスの段階的アプローチからお伝えします。

後半では、前半で挙げた機能不全から起こりうるランニング障害の考察をおこない、ファンクショナルトレーニング理論に基づき、より競技特化したエクササイズにて機能改善から競技力向上に繋がります。

■開催日 2019年2月10(日) 13:00~17:15(受付開始 12:30~)

■会場 東海学園大学 三好キャンパス 4号館 <https://www.tokaigakuen-u.ac.jp/>

〒470-0207 愛知県みよし市福谷町西ノ洞 21-233

「三好ヶ丘」駅下車 徒歩約10分

東名高速道路「東名三好IC」より約2.5km(学生駐車場をご利用ください)

12:30~12:50	受付
13:00~15:00 15:15~17:15 (240分)	講義・実技 篠田和良 谷田部くるみ (パーソナルトレーニング&ピラティススタジオnanoトレーナー) 「片脚立位動作から考える機能不全と改善アプローチ ~ランナーに特化して~」
15:00~15:15	参加者交流会・情報交換会

■継続単位 JATI4単位 (講義・実技合計4時間)

■注意事項 ・実技研修会がありますので、運動のできる服装と室内シューズをご用意ください。
・当日は、スクールバスは運行されておらず、学内食堂は営業されておりませんので、ご了承ください。また、会場付近には飲食店が少ないため、飲食等につきましては各自でご準備いただくようお願いいたします。

■参加対象者 トレーニング指導者、運動指導者

■定員 30名

■受講料 JATI 会員 5,000円+税 (5,400円)

学 生 6,000円+税 (6,480円)

一 般 8,000円+税 (8,640円)

■申込方法 JATI オフィシャルサイトにてお申込み、入金。 <http://www.jati.jp/>

■お問い合わせ先

日本トレーニング指導者協会(JATI)事務局

〒106-0041 東京都港区麻布台 3-5-5-907

電話 03-6277-7712

FAX 03-6277-7713

E-mail info@jati.jp



会場: 東海学園大学 三好キャンパス 4号館
(4号館トレーニングジム)

〒470-0207

愛知県みよし市福谷町西ノ洞 21番地 233

■アクセス

名鉄豊田線(地下鉄鶴舞線直結)「三好ヶ丘」駅下車、徒歩約10分。東名高速道路「東名三好IC」より約2.5km。

https://www.tokaigakuen-u.ac.jp/about_us/access/miyoshi_campus/index.html

■ホームページ

<https://www.tokaigakuen-u.ac.jp/>

■講師プロフィール

	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="389 172 512 232">講師</td><td data-bbox="512 172 1453 232">篠田和良氏(株式会社 nano サブチーフ)</td></tr> <tr> <td data-bbox="389 232 512 880">経歴</td><td data-bbox="512 232 1453 880"> 中京大学スポーツ科学部にてトレーナー部会 GET にて学生同士の勉強や、大学の授業にて運動生理学や解剖学などトレーナーとして必要な知識を習得。在学中に 500 名以上の陸上競技者の指導に携わり、専門種目や選手の特徴に合わせたトレーニング指導をし、スキルを磨く。 その経験健康作りをしたい方々に活かしたいと考え、2016 年よりパーソナルトレーニングスタジオ nano でパーソナルトレーナー活動を開始。老若男女個人団体問わず様々なニーズに合わせたトレーニング指導をしている。 ＜主な肩書 資格＞ ●NASM-PES(National Academy of Sports Medicine 社認定 Performance Enhancement Specialist) ●PHI Pilates MAT I・II インストラクター(ピラティス国際ライセンス) ●財団法人健康・体力づくり事業財団認定 健康運動実践指導者 ●日本栄養コンシェルジュ協会認定 2 つ星栄養コンシェルジュ® ●ViPR インストラクター ●日本コアコンディショニング協会認定 ベーシックインストラクター </td></tr> </table>	講師	篠田和良氏(株式会社 nano サブチーフ)	経歴	中京大学スポーツ科学部にてトレーナー部会 GET にて学生同士の勉強や、大学の授業にて運動生理学や解剖学などトレーナーとして必要な知識を習得。在学中に 500 名以上の陸上競技者の指導に携わり、専門種目や選手の特徴に合わせたトレーニング指導をし、スキルを磨く。 その経験健康作りをしたい方々に活かしたいと考え、2016 年よりパーソナルトレーニングスタジオ nano でパーソナルトレーナー活動を開始。老若男女個人団体問わず様々なニーズに合わせたトレーニング指導をしている。 ＜主な肩書 資格＞ ●NASM-PES(National Academy of Sports Medicine 社認定 Performance Enhancement Specialist) ●PHI Pilates MAT I・II インストラクター(ピラティス国際ライセンス) ●財団法人健康・体力づくり事業財団認定 健康運動実践指導者 ●日本栄養コンシェルジュ協会認定 2 つ星栄養コンシェルジュ® ●ViPR インストラクター ●日本コアコンディショニング協会認定 ベーシックインストラクター
講師	篠田和良氏(株式会社 nano サブチーフ)				
経歴	中京大学スポーツ科学部にてトレーナー部会 GET にて学生同士の勉強や、大学の授業にて運動生理学や解剖学などトレーナーとして必要な知識を習得。在学中に 500 名以上の陸上競技者の指導に携わり、専門種目や選手の特徴に合わせたトレーニング指導をし、スキルを磨く。 その経験健康作りをしたい方々に活かしたいと考え、2016 年よりパーソナルトレーニングスタジオ nano でパーソナルトレーナー活動を開始。老若男女個人団体問わず様々なニーズに合わせたトレーニング指導をしている。 ＜主な肩書 資格＞ ●NASM-PES(National Academy of Sports Medicine 社認定 Performance Enhancement Specialist) ●PHI Pilates MAT I・II インストラクター(ピラティス国際ライセンス) ●財団法人健康・体力づくり事業財団認定 健康運動実践指導者 ●日本栄養コンシェルジュ協会認定 2 つ星栄養コンシェルジュ® ●ViPR インストラクター ●日本コアコンディショニング協会認定 ベーシックインストラクター				
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="389 880 512 940">講師</td><td data-bbox="512 880 1453 940">谷田部くるみ(株式会社 nano ピラティストレーナー)</td></tr> <tr> <td data-bbox="389 940 512 1597">経歴</td><td data-bbox="512 940 1453 1597"> 中学の時メンタルトレーニングに興味を持ち、スポーツトレーナーを目指して東京メディカル・スポーツ専門学校、理学療法士科に進学。アメフトチームや柔道、陸上、春高バレーなどでトレーナー活動を行い、医療とトレーナーの知識技術を身につける。 病院実習にて沢山の患者さんと接する中で「健康な身体で生涯好きなことをして笑顔で生活できる人を増やしたい」という思いが強くなり、パーソナルトレーニング & ピラティススタジオ nano にて活動を開始。理学療法士の視点から運動を通して「理にかなった動き」をすることでパフォーマンス(動きの質)の向上を図り、元気で健康な心身をお客様と共ににつくっていけるようサポートを行う。 ＜主な肩書 資格＞ ●理学療法士 ●nano 認定ピラティストレーナー ●フレックスクッションインストラクター ●ピラティス with フレックスクッションインストラクター ●ViPR インストラクター ●日本栄養コンシェルジュ協会認定 2 つ星栄養コンシェルジュ® </td></tr> </table>	講師	谷田部くるみ(株式会社 nano ピラティストレーナー)	経歴	中学の時メンタルトレーニングに興味を持ち、スポーツトレーナーを目指して東京メディカル・スポーツ専門学校、理学療法士科に進学。アメフトチームや柔道、陸上、春高バレーなどでトレーナー活動を行い、医療とトレーナーの知識技術を身につける。 病院実習にて沢山の患者さんと接する中で「健康な身体で生涯好きなことをして笑顔で生活できる人を増やしたい」という思いが強くなり、パーソナルトレーニング & ピラティススタジオ nano にて活動を開始。理学療法士の視点から運動を通して「理にかなった動き」をすることでパフォーマンス(動きの質)の向上を図り、元気で健康な心身をお客様と共ににつくっていけるようサポートを行う。 ＜主な肩書 資格＞ ●理学療法士 ●nano 認定ピラティストレーナー ●フレックスクッションインストラクター ●ピラティス with フレックスクッションインストラクター ●ViPR インストラクター ●日本栄養コンシェルジュ協会認定 2 つ星栄養コンシェルジュ®
講師	谷田部くるみ(株式会社 nano ピラティストレーナー)				
経歴	中学の時メンタルトレーニングに興味を持ち、スポーツトレーナーを目指して東京メディカル・スポーツ専門学校、理学療法士科に進学。アメフトチームや柔道、陸上、春高バレーなどでトレーナー活動を行い、医療とトレーナーの知識技術を身につける。 病院実習にて沢山の患者さんと接する中で「健康な身体で生涯好きなことをして笑顔で生活できる人を増やしたい」という思いが強くなり、パーソナルトレーニング & ピラティススタジオ nano にて活動を開始。理学療法士の視点から運動を通して「理にかなった動き」をすることでパフォーマンス(動きの質)の向上を図り、元気で健康な心身をお客様と共ににつくっていけるようサポートを行う。 ＜主な肩書 資格＞ ●理学療法士 ●nano 認定ピラティストレーナー ●フレックスクッションインストラクター ●ピラティス with フレックスクッションインストラクター ●ViPR インストラクター ●日本栄養コンシェルジュ協会認定 2 つ星栄養コンシェルジュ®				