



JATI 九州・沖縄支部 第37回ワークショップ

『ムーブメントスキルの基礎』

～ムーブメントスキルの概念と基本的移動テクニック～

- 開催日 2019年 9月28日(土) 10:00～16:00 (受付開始 9:30)
- 参加費 会員：5,000円 一般：7,000円 学生：3,000円 (学生証持参)
- 会場 STRENGTH³⁴ (鹿児島県鹿児島市石谷町 2170-3)
- 定員 30名
- 継続単位 JATI 5.0 単位
- 申込み JATI オフィシャルサイト <https://jati.jp/>
- 持ち物 運動ができるウェア・室内シューズ/昼食は各自ご用意ください
*近隣には飲食店はございません(コンビニエンスストアは徒歩3分程度の場所にあります)

10:00～12:00 「ムーブメントスキルの基礎 ～ムーブメントスキルの概念と基本的移動テクニック～」

12:00～13:00 昼休憩

13:00～16:00 「ムーブメントスキルの基礎 ～ムーブメントスキルの概念と基本的移動テクニック～」

内容・目的

多方向への移動のためのムーブメントスキルの基本と概念について、実技を交えて実施します。

ムーブメントスキルとは人間の機能に即して地面に力を加え、様々な方向に自分を加速するための技術であり、様々な条件下で、混乱の状態であるスポーツ、ゲームの場でスポーツの枠を超えてベースとなるものです。

ムーブメントスキルの向上により自身の出力が効率的に動作の目的を果たせるように、多方向に出力を向上させる手法を学びます。

<講師プロフィール>

朝倉 全紀 氏 (School of movement 主宰、株式会社 SES 取締役)

1971年 米国カリフォルニア州サンタモニカ出身

桐光学園高等学校、長岡技術科学大学、北コロラド州大学 卒業

LIXIL ディアーズ アスレチックパフォーマンスコーチ

元 鹿島ディアーズ ストレngthス&コンディショニング ディレクター

元 日立サンロッカーズ ストレngthス&コンディショニング ディレクター



会場：STRENGTH³⁴ (鹿児島県鹿児島市石谷町 2170-3)

<https://strength34.com/company/>

【車】南九州自動車道松元インターから約5分

施設の駐車場は台数に限りがあります (先着申込順)

【バス】「駅上」下車 約3分 / 鹿児島中央駅 から[18番石谷行] 乗車約30分

土曜日は本数が少ないため、予め運行状況をご確認ください

【電車】鹿児島本線 上伊集院駅 徒歩15分

経路がやや分かりにくく上り坂が続きますのでご注意ください

