

親子でケアしよう！！

スポーツ傷害の理解と対処 講習会

※スポーツ傷害に関する疑問を解決しましょう！

○主催 株式会社モンテディオ山形（山形県総合運動公園指定管理者）

参加者募集

○期 日 平成27年12月13日（日）10：00～12：00

○場 所 山形県総合運動公園 柔道場

○講 師 **猪狩 翔 氏**（モンテディオ山形アカデミーフィジカルコーチ）

○対 象 小学生（スポ少関連）及び中学生（部活関連）の**親子25組（50名）**

※親子の単位は親又は保護者1名・子供1名を原則とします。

○受講料 親子1組500円（当日受付時に徴収いたします。）

○内 容 ①からだのこと～ジュニアの特徴を含め～（講義）

②スポーツ傷害とは？スポーツ傷害のサイン（講義・実技）

③ケガをした時の処置、復帰までの流れ（講義・実技）

④スポーツ傷害を防ぐためには？

～マッサージ、ストレッチ、トレーニング～（実技）

○日 程 9：30～10：00 受付

10：00～10：10 開会行事

10：10～11：50 講義及び実技（休憩含む）

11：50～12：00 質疑応答・閉会行事

○申 込 平成27年**12月11日（金）17時まで**

申込用紙に必要事項をご記入の上、総合受付に持参又はFAX（023-655-5907）で申してください。**先着25組**になり次第、締切ります。※FAXの方は電話でご確認ください。

○留意点 運動出来る服装で、飲物・タオルなど持参してください。

○申込・問合せ先

994-0000

天童市山王1-1

山形県総合運動公園

株式会社モンテディオ山形 担当係

TEL 023-655-5900

FAX 023-655-5907

