

第28回 ランニング学会大会

- **大会テーマ** マラソンニッポン復活に向けて“長距離走トレーニング再考”
- **大会日程** 平成28年3月12日(土)・13日(日)
- **会場** 環太平洋大学・第1キャンパス
岡山市瀬戸町観音寺721番地 (JR東岡山駅・JR瀬戸駅よりスクールバス)
- **参加費**
学生会員^{※1} 4,000円 (当日5,000円, 1日のみ2,500円)
学生^{※2} 3,000円 (当日4,000円, 1日のみ2,000円)
非会員 5,000円 (当日6,000円, 1日のみ3,000円)
※1 学会公認クラブ会員を含む、※2 非会員の学生を含む。
- **懇親会** 1日目プログラム終了後に学内にて開催 (会費3,000円)
- **事前申込〆切** 2月19日 (金) 15時 ※ 当日参加も可能です
- **参加申込方法** ランニング学会Webサイトからお申し込み下さい。

- 3.12
- 9:30~9:35 歓迎のご挨拶
 - 9:40~11:45 シンポジウムI : 長距離走トレーニングの質転換に向けて
第1部 : 世界で戦うためのスピードをどう強化するか 座長 : 吉岡利貢 (環太平洋大)
喜多秀喜 (流通経済大) 櫛部静二 (城西大) 渡辺康幸 (住友電工)
 - 12:00~12:50 ランチョンセミナー 座長 : 加藤雄士 (大塚製菓)
「ベストパフォーマンスを発揮するための水分・栄養補給の秘訣」永澤貴昭 (安田女子大)
 - 13:00~15:05 シンポジウムI : 長距離走トレーニングの質転換に向けて
第2部 : 新たなトレーニング法の模索
「持続的アライオメトリックトレーニングは長距離走のパフォーマンスを向上させるか」得居雅人 (九州共立大)
「低酸素環境下における高強度トレーニングが長距離走パフォーマンスに及ぼす影響」後藤一成 (立命館大)
「カロリー制限はミトコンドリアの品質を向上させるか」服部聡士 (東京大)
 - 15:15~16:15 シンポジウムII : ランニングが健康に及ぼす影響に関する調査報告
 - 16:20~16:40 前年度学会賞講演
 - 17:00~18:00 ワークショップ (TOPGUN)
長距離ランナーのためのレジスタンストレーニング~爆発的筋力トレーニングのテクニック~ 青木謙介 (環太平洋大)

- 3.13
- 9:00~10:10 一般研究発表 (A・B : ポスター)
 - 10:15~10:45 前年度優秀発表賞講演
 - 10:50~12:00 Tokyo2020に向けて① 座長 : 松生香里 (東北大)
キーノートレクチャー (1) 女性とランニング
「月経周期に伴う運動時生体反応の変化~女性独自のトレーニング法確立へ向けて~」須永美歌子 (日本体育大)
キーノートレクチャー (2) 障がい者とランニング
「障がい者スポーツの現状とTokyo2020に向けた取り組み」三井利仁 (日本パラ陸上競技連盟・和歌山県立医大)
 - 12:00~13:00 昼休憩
 - 13:00~14:00 総会
 - 14:10~15:30 Tokyo2020に向けて② (市民無料公開)
シンポジウムIII : ドーピングとランニング 座長 : 河合美香 (龍谷大)
杉田正明 (三重大) 難波 聡 (埼玉医大) 北島百合子 (長崎大)