

2019年度第2回ランニング学会認定指導員更新講習会（2種）開催要項（奈良県）

講習会テーマ	「大舞台への調整方法」「スポーツ栄養学」「心拍トレーニング」	
更新ポイント	2ポイント	
日時	2019年9月1日(日) 13時00分～16時30分（3時間30分）	
会場	天理大学体育学部(講義:73A 教室、実技:400m 陸上競技場) 〒632-0071 奈良県天理市田井庄町 80 天理駅(近鉄天理線・JR 万葉まほろば線)より徒歩約5分	
講師	伊藤 道郎(天理大学陸上競技部コーチ、ランニング学会認定指導員) 岩山 海渡(天理大学講師、ランニング学会認定指導員) 竹澤 健介(大阪経済大学陸上競技部ヘッドコーチ、ランニング学会員) 前田 和良(大阪経済大学陸上競技部副部長、ランニング学会認定上級指導者)	
実施内容	13:00 開会 13:20～14:20 [講義]北京五輪・大阪世界陸上出場体験から(竹澤健介) 14:30～15:30 [講義]スポーツ栄養学(岩山海渡) 15:40～16:20 [実技]心拍数から求めるトレーニング強度(伊藤道郎、前田和良) ※18:00～ 竹澤氏を交えての懇親会(希望者のみ)	
募集人数	ランニング学会認定指導員、ランニング学会会員	100人
受講費	1000円 ※懇親会は別途費用が必要です	
主催クラブ	アミノバリューランニングクラブ in 奈良 (代表 前田和良)	
問合・申込先	<a href="mailto:k-maeda@osaka-ue.ac.jp">k-maeda@osaka-ue.ac.jp</a> 090-5250-3081 前田和良	
申込方法	以下の項目をメールで送信。タイトルは「奈良講習申込(氏名)」とすること。 ①氏名 ②年齢 ③性別 ④住所 ⑤電話番号 ⑥メールアドレス ⑦走歴(フルマラソン経験有無とタイム) ⑧指導員はID番号 ⑨懇親会参加の有無 ※懇親会:18時より天理駅付近で竹澤氏を招いて懇親会を開催します。希望者はお知らせください。	
締め切り	8月26日 (月) ※先着順といたします	