

2019年度第1回認定ランニング指導員養成講習会

兼 JAAF 公認指導者資格（JSPO 公認陸上競技コーチ1,2,3,4）更新研修
健康運動指導士、健康運動実践指導者登録更新講習（認定番号 196809）

市民ランナーの指導に携わる方を対象に行う講習会です

二日間にわたって医学・科学の知識やランニングの実技指導法を学び、試験に合格すると当学会認定ランニング指導員として登録されます

募集要項

主催 ランニング学会 <https://e-running.net/>

主管 ランニング学会 普及委員会 指導員養成部会 c-r-i@e-running.net

日時 2019年10月19日(土)および20日(日)

会場 日本女子体育大学

東京都世田谷区北烏山 8-19-1

京王線「千歳烏山駅」から

小田急バス「吉祥寺駅」行きに乗車し「日本女子体育大学前」下車

対象 市民ランナーの指導に携わる方、関心をお持ちの方ならどなたでも受講できます

※ただし、新たに指導員認定を受けるためには当学会への入会が必要です

入会手続きはこちら <https://e-running.net/0600join.html>

入会に必要な正会員推薦についてお困りの場合は当部会にご相談下さい

※当学会の認定指導員は受講により更新ポイントが得られます(一日当たり5ポイント)

定員 50名(先着順)

諸費用 受講費 二日間 10000円 いずれか一日 6000円

意見交換会 4000円(希望者のみ、食事代を含む)

昼食 1食 800円(希望者のみ)

申込方法

(1) 9月1日～10月12日の間に下記フォームまたはQRコードからお申し込みください

<https://forms.gle/BQQhFWfA6rviTphDA>

(2) 受講費+意見交換会+昼食代の合計金額を下記口座にお振り込みください

三井住友銀行 京都支店(普) 8980933 指導者養成委員会

お問合せ ランニング学会指導員養成部会 c-r-i@e-running.net



この講習会は JAAF 公認指導者資格(=JSPO 公認陸上競技コーチ1,2,3,4) の更新研修、健康運動指導士および健康運動実践指導者の登録更新講習に該当します。
詳細は当部会にお問合せ下さい。

講習科目と講師

当学会上級指導者を中心とした講師が4分野8科目の講習を行います(実技2科目を含む)

分野Ⅰ：ランニングの楽しさと基礎理論

ランニングの楽しさ、楽しみ方 前河洋一(上級ランニング指導者、国際武道大学教授)

ランニングとトレーニングの基礎理論 三本木温(認定ランニング指導員、山梨学院大学教授)

分野Ⅱ：ランニングの科学

運動生理学 伊藤静夫(特別上級ランニング指導者、東京マラソン財団理事長)

バイオメカニクス 岡田英孝(上級ランニング指導者、電気通信大学教授)

分野Ⅲ：スポーツ医学

スポーツ医学・内科系 川原貴(上級ランニング指導者、元国立スポーツ科学センター長)

スポーツ医学・整形外科系 鳥居 俊(上級ランニング指導者、早稲田大学教授)

分野Ⅳ：科学に基づくランニング指導(実技)

(1)動きづくり・フォーム作り 佐伯 徹郎(上級ランニング指導者、日本女子体育大学教授)

(2)強度設定・強度管理 同上

講習スケジュール

1日目=10月19日(土) 2日目=10月20日(日)

※時間割は変更となる場合もあります

日、時間枠		内容		講師
1日目 午前	9:20~9:30	開講式, オリエンテーション		前河 洋一 川原 貴
	9:30~10:40	講義	ランニングの楽しさ, 楽しみ方	
	10:50~12:00	講義	スポーツ医学・内科系	
1日目 午後	13:00~14:10	講義	ランニングの科学(運動生理学)	伊藤 静夫 佐伯 徹郎 佐伯 徹郎
	14:30~15:40	実技	科学に基づくランニング指導(1)	
	15:50~17:00	実技	科学に基づくランニング指導(2)	
	17:30~	意見交換会(懇親会を兼ねる、希望者のみ)		
2日目 午前	9:30~10:40	講義	スポーツ医学・整形外科系	鳥居 俊 三本木 温
	10:50~12:00	講義	ランニングとトレーニングの基礎理論	
2日目 午後	13:00~14:10	講義	ランニングの科学(バイオメカニクス)	岡田 英孝
	14:40~15:20	試験	認定試験(新規に資格取得を希望する方) 情報交換(認定試験の必要のない方)	
	15:30~15:40	閉講式, 今後の案内		