

トレーニング講習会

日本代表チームトレーナーが指導してくれる効率の良いトレーニング方法

日時: 9月17日・18日(雨天決行) 会場: 山清テニスクラブ



まつだ ひろかず
松田 浩和トレーナー

～プロフィール～

2016年にナショナルチームに招集され、味の素 NTC での強化や海外ツアーに帯同しながら、錦織圭や奈良くるみなど数多くのトップ選手をサポート。

ケガ予防のためのセルフケアや、パフォーマンスアップのためのトレーニングなどを指導してきた。現在はダニエル太郎の専属フィジカルコーチを務めている。

- ・日本オリンピック委員会医科学強化スタッフ (2017年～)
- ・デビスカップ、フェドカップ日本代表チームフィジカルコーチ (2018年～)
- ・2018年アジア大会日本代表選手団トレーナー (テニス競技)

17日(土)

① 一般クラス

10:00～11:00 『W-UP ってなに?』 定員 20名 参加料 1,000円

② 中高生(大会経験者)クラス

13:00～16:00 『勝つためのW-UP』 定員 20名 参加料 2,500円

③ 保護者向けコンディショニング講習会

12:30～13:30 『食事で子供を応援しよう!』 定員 10名 参加料 1,000円

18日(日)

④ 小中学生クラス

08:30～10:00 『コーディネーションってなに?』 定員 20名 参加料 1,000円

⑤ 一般クラス

10:30～11:30 『けがを予防して毎日テニス♪』 定員 20名 参加料 1,000円

⑥ 中高生(大会経験者)クラス

13:00～16:00 『勝利につながるトレーニング』 定員 20名 参加料 2,500円

*参加者はヨガマット又は大きめのタオルをお持ちください。

お問い合わせ
お申込み

山清テニスクラブ ☎019(635)8106
住所: 岩手県盛岡市東仙北 1丁目 5-11
Mail: yamasey.11@jeans.ocn.ne.jp
URL: <https://yamaseitc.web.fc2.com>

申込用メールリンク



HP

