

令和6年2月

一般社団法人秋田県水泳連盟

アスリート・保護者 各位

(一社) 秋田県水泳連盟会長 中村 晴二

<公印省略>

女性三主徴と競技生活に関わる講習会についてのご案内

立春の候、皆様におかれましては、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

このたび、標記講習会を別添開催要項の内容で開催する運びとなりました。

つきましては、開催要項をご確認の上、別添申込書(Excel)に必要事項をご記入の上、お申し込みをお願いいたします。

多くのご参加を賜りたくよろしくお願い申し上げます。

以上

女性三主徴と競技生活に関わる講演会開催要項

目 的：秋田県内の水泳女性アスリートが自らの身体・コンディションをよく理解することで、精神的・肉体的な負担を取り除き、あわせて競技パフォーマンスの向上につなげるとともに、保護者・指導者への適切なサポートとコーチングの一助とするもの。

開催日：令和 6 年 3 月 17 日（日）

第 1 部 10:00～11:30 女性アスリート & 保護者 50 組 100 名

第 2 部 13:00～14:30 指導者並びに秋田県水泳連盟関係者 50 名

主 催：一般社団法人秋田県水泳連盟

場 所：秋田県立総合プール 2 階会議室

対 象：公益財団法人日本水泳連盟に登録している女性アスリートとその保護者・指導者

内 容：■ 第 1 部 女性アスリート & 保護者対象

女子アスリートのコンディショニング ～自立した選手になるために～

- ① 自分の身体・コンディションを知ろう
- ② 自分の身体をコンディショニングしよう
- ③ コンディショニングに役立つ情報を活用しよう

■ 第 2 部 指導者並びに秋田県水泳連盟関係者対象

女子アスリートのコンディショニング ～コーチングの視点から～

- ① 女子選手の身体・コンディションを知ろう
- ② 女子選手に対するコーチング（考慮すべきこと）
- ③ コンディショニングに役立つ情報を入手しよう

参加料：無 料

講演者：桜間 裕子 氏（さくらま ゆうこ）

筑波大学卒

順天堂大学女性スポーツ研究センター特任助教 / シニアマネジャー

（プロフィール）

インターハイ 100m自由形 第 3 位

インカレ 〃 優勝

1997 年 青年海外協力隊員として中国・大慶市体育学校の水泳チームを指導

2000 年 NPO 法人ジュース（スポーツに関わる女性を支援する会）事務局

2008 年 日本パラリンピック委員会勤務

北京パラリンピック同行

2010 年 バンクーバーパラリンピック（冬季）日本代表選手団総務

2011 年 順天堂大学勤務

2014 年 同大学女性スポーツ研究センターシニアマネジャー

2017 年 JPC 女性スポーツ委員会副委員長

（女性アスリート相談窓口対応）

2018 年 日本競輪学校教育再検討研究プロジェクト会議メンバー

2019 年 同大学大学院博士前期課程（修士）修了

2022 年 北京パラリンピック（冬季）日本代表選手団副団長

2023 年 日本パラスポーツ協会評議員

申込み：別紙申込書に必要事項を記載し、申込書を次にメールしてください(申込受理のメールを返信します)。定員となり次第締め切りとします

☆ 提出・お問い合わせ先 ☆

一般社団法人秋田県水泳連盟女性アスリート支援委員会 谷内 祐子 宛

e-mail yha-1068@cna.ne.jp