

第5回 講演会開催のご案内

日時 2019年 3月2日(土) 14:00-17:00

場所：つちはら整形外科クリニック

会費：1名 3000円(小学生1名+保護者1名でも同額)

定員30名： 申し込み順 申し込みは受付まで

日本のトップ指導者をお招きして、講演会を開催いたします。
今回は、肩の障害について(特に水泳肩) 予防法を講義・実技を交えて行います。
ディスカッションでは、みなさまからの質問も受け、いろいろな方向からパフォーマンスを上げる方法を話し合います。競技選手だけでなく、親御さん、シニアスイマーの方にも、また水泳に限らず肩の障害を起こしやすい競技の方にもおすすめです。ぜひご参加ください。

講演1 運動時に起こしやすい肩関節障害について

つちはら整形外科クリニック 院長 土原豊一

講演2 「パフォーマンス向上を目指すスイマーの肩障害予防方法」 ～ストロークメカニクスの視点から～

サンイリオス・インターナショナル代表取締役 桑井太陽

講演3 コーチングによって自己実現の可能性を高める

KITAJIMAQUATICSチーフ 細川大輔

ディスカッション パフォーマンスをあげるために

～疾患のメカニズム・予防、コーチ・選手の立場から考える～



2002年から国立スポーツ科学センターで北島康介氏のコンディショニングを担当。

国立スポーツ科学センター スポーツ医学研究部 非常勤アシスティックトレーナー、水泳日本代表トレーナーなどを歴任

(北京、ロンドン、リオデジャネイロ競泳チーム帯同)

桑井太陽 講師



自由形 100M、200M 元日本記録保持者

出身校 報徳学園高校、中央大学

主な成績

2003年 世界水泳 400mメドレーリレー 銅メダル

2005年 世界水泳 400mメドレーリレー 銅メダル

2007年 世界水泳 400mメドレーリレー 銅メダル

2008年 日本選手権出場北京オリンピック選考会出場

細川大輔 講師