

令和7年度 秋田県スポーツ科学研修会（フィジカルトレーニング） 開催要項

1 目 的

プライオメトリクス（爆発的パワー向上）とアジリティ（敏捷性）の理論やプログラムの考え方を理解することでトレーニングを改善し、競技力向上につなげる。

2 主 催

秋田県

3 後 援

秋田県教育委員会

4 開催日

令和7年11月16日（日）

5 対 象

- ・アスリート（中学生、高校生）
- ・指導者（学校の運動部活動顧問、各競技団体指導者等）

6 会 場

秋田県スポーツ科学センター（秋田市八橋運動公園1-5） 1階体育場

7 日 程

- 9：00 受付（1階体育場）
- 9：20 開会行事
- 9：30 研修（実技・講義）
- 12：30 閉会行事

8 内 容

講義・実技 「競技力向上につなげるためのプライオメトリクスとアジリティ」
講 師 井 田 方 貴 氏（ライム・パフォーマンス株式会社）

9 申 込

（1）期 限

令和7年11月7日（金）

（2）申込方法

二次元バーコードを読み取り、申込フォームからお申し込みください。
二次元バーコードから申込ができない方は、担当へご連絡をお願いします。

（3）定員

70名（定員に達した時点で申込フォームを閉鎖します）

（4）参加料

無料

（5）問い合わせ先

秋田県スポーツ科学センター 担当：スポーツ医科学チーム 宇佐美 暁 規
〒010-0974 秋田市八橋運動公園1-5 電話 018-864-7911
E-mail usami-akinori@pref.akita.lg.jp



10 その他

- ・実技を伴う研修となりますので、動きやすい服装で受講してください。
- ・筆記用具、室内シューズ、飲み物、タオルを持参してください。
- ・講師への質問、研修会で取り扱ってほしい内容がありましたら申込フォームに入力してください。
- ・申込後に欠席となった場合は必ず連絡をしてください。