

令和6年度

第4回

ジュニアアスリート スポーツ講習会 を開催しました！

テーマ ジュニアアスリートの競技力向上に向けて

令和6年12月20日（金曜日）にジュニアアスリートの競技力向上に関する講習会が開催されました。講習会では、ジュニアアスリート育成においては、身体内部のメカニズムを理解した上で、年代別の発達に応じたトレーニングを実施することが重要である、との説明がありました。講義後は活発な質疑応答が行われていました。

講習会の概要

- 開催日 令和6年12月20日(金)
- 時間 18時00分～20時00分
- 会場 久留米アリーナ2階大研修室
- 講師 千坂 大二郎 氏
(ナナイロプリズム福岡 ハイパフォーマンスコーチ)

講習会の様子



スポーツくじ



この事業はスポーツ振興くじ助成を受けて実施しています。