



S&C コーチ及び S&C コーチを目指す方向け：参加者募集のご案内
TECHNOGYM CLINIC
～理論と実践をつなぐコーチングワークショップ～

テクノジム ジャパン株式会社（所在地：東京都品川区、代表取締役社長：長谷川 敦）は、競技スポーツの現場で多くの経験を重ね、アスリートのトレーニングとコンディショニングに関する高い知見を持つ6名の講師を招き、Technogym 東京ショールーム（東京都品川区）において2023年3月4日（土）、「TECHNOGYM CLINIC～理論と実践をつなぐコーチングワークショップ～」を開催いたします。



今回のセミナーでは、様々な競技スポーツでの知見をベースにトレーニング指導方法及びコーチングについて、理論と実践を連携したノウハウを1日で学ぶことができます。当日は、午前には3つの目的に応じたレクチャーと実技、午後にはコーチングに欠かせないコミュニケーションの向上を目的とした実践的セッションを開催します。第1部と第2部を通して参加される方は、ランチョンセミナーもご参加いただけます。また第1部と第2部を別個に参加することも可能です。当日は、Technogym ショールームにおいて、Skillrun や Biostrength 等アスレチックパフォーマンス向上のためのトレーニングに最適な Technogym フィットネス製品を体験いただけます。

<TECHNOGYM CLINIC ～理論と実践をつなぐコーチングワークショップ～ 概要>

- 開催日時：2023年3月4日(土) 10:00-17:30
第1部 10:00-13:00
第2部 14:00-17:30
- 会場:TECHNOGYM 東京ショールーム

テクノジム ジャパン株式会社

140-0002 東京都品川区東品川 2-3-12 シーフォートスクエアセンタービルディング 18 階

jp_info@technogym.com



住所 〒140-0002 東京都品川区東品川2丁目3-12 シーフォートスクエアセンタービルディング 18階
(<https://goo.gl/maps/gBxbBhZeE5wEzibP8>)

- 本クリニック参加ご対象者
将来的にストレングス&コンディショニング (S&C) コーチを目指す方
現在 S&C コーチとして活動しており、更なるスキルアップを目指す方

- 定員
第1部：45名
第2部：24名

- 料金：第1部・2部2セッション 5,000円
第1部 or 第2部いずれかの場合 3,000円

コーチセミナー参加申し込みフォーム



- お申し込み方法
こちらのリンクより参加お申し込みを受け付けております。
<https://onl.sc/C6quLfc>
QRコードからもお申込みいただけます。

- 本クリニックに関するお問い合わせ
本クリニック専用のInstagramアカウント「テクノジム 2023 コーチワークショップ」
(https://www.instagram.com/tg_2023coachws/) へのDMにてお問合せください。

- 第1部： 目的別トレーニングレクチャー 10:00-13:00

第1部は次の3つの目的別トレーニング (1コマ50分) を学んでいきます。

- ① 直線スプリントにおけるトレーニングについて
講師：大前 祐介 (早稲田大学競走部 監督)
早稲田大学競走部における直線スプリントにアプローチしたトレーニングの取り組みと実績を紹介し、陸上競技以外のスポーツへも応用として繋げていきます。
- ② S&C コーチに必要なインストラクション技術について
講師：榎野 陽介 (日本体育大学 助教)
指導場面で必要な多角的な視点の持ち方、柔軟な対応の仕方について現場の状況に合わせたアプローチ方法やそのアセスメントなど現場での経験を踏まえた内容を紹介します。
- ③ スポーツ選手の怪我からの競技復帰
講師：村田 祐樹 (中京大学 スポーツ振興部アスレティックトレーナー)
スポーツ選手が怪我をした場合、日常生活に必要な機能回復のみならず競技復帰を目指したりコンディショニングが行われます。その中で、アスレティックトレーナーは怪我の再発がないようリスク管理をし、運動指導を行っています。怪我をしたスポーツ選手を指導する際に身に付けておきたい知識を整理し、それらをスポーツ現場でどのように活用するかを解説します。

テクノジム ジャパン株式会社

140-0002 東京都品川区東品川2-3-12 シーフォートスクエアセンタービルディング 18階
jp_info@technogym.com



■ 第2部：コーチングスキルセッション 14:00-17:30

第2部では学習者の学びを促すコミュニケーションスキルについて、実践形式で学びを深めていきます。

講師：

小谷 究（流通経済大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー）

草薙 健太（中京大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー）

二瓶 雄樹（中京大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー）

主催：テクノジム ジャパン株式会社

企画運営：株式会社 Future logistics

協力：Bring Up Athletic Society

<TECHNOGYM CLINIC ～理論と実践をつなぐコーチングワークショップ～ 時間割>

時間	内容
10:00-10:20	オープニング 講師：小谷 究（流通経済大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー）
10:20-13:00	第1部：目的別トレーニングレクチャー ※この時間は1グループ最大15名で1コマ50分の①～③のコンテンツを入れ替わり受講していきます。 ① 直線スプリントにおけるトレーニングについて（50分） 講師：大前 祐介（早稲田大学競走部 監督） ② S&C コーチに必要なインストラクション技術について（50分） 講師：榎野 陽介（日本体育大学 助教） ③ スポーツ選手の怪我からの競技復帰（50分） 講師：村田 祐樹（中京大学）
13:00-14:00	ランチョンセミナー 軽食を食べながら各講師陣による質疑応答とディスカッションを開催します。 ランチョンセミナーは、第1部・2部両方を受講された方のみ参加可能です。
14:00-17:30	第2部：コーチングスキルセッション 1. 学びを促すコミュニケーションスキルとは？ 2. 観察アクティビティ 3. 指示力アクティビティ 4. 質問力アクティビティ 5. コーチング実践～相手に合わせたアプローチを選択しよう～

テクノジム ジャパン株式会社

140-0002 東京都品川区東品川 2-3-12 シーフォートスクエアセンタービルディング 18 階

jp_info@technogym.com



6. まとめ

講師

小谷 究（流通経済大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー）

草薙 健太（中京大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー）

二瓶 雄樹（中京大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー）

第1部：目的別トレーニングレクチャー 10:00-13:00



①直線スプリントにおけるトレーニングについて

大前 祐介

早稲田大学競走部 監督



②S&Cコーチに必要なインストラクション技術について

榎野 陽介

日本体育大学 助教



③スポーツ選手の怪我からの競技復帰

村田 祐樹

中京大学 スポーツ振興部アスレティックトレーナー

第2部：コーチングスキルセッション 14:00-17:30



小谷 究

流通経済大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー



草薙 健太

中京大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー



二瓶 雄樹

中京大学 准教授、日本スポーツ協会コーチデベロッパー

テクノジム ジャパン株式会社

140-0002 東京都品川区東品川 2-3-12 シーフォートスクエアセンタービルディング 18 階

jp_info@technogym.com