

講師派遣 事業

実施 団体：特定非営利活動法人いしこし ENJOY クラブ
実施 日：平成27年3月13日（金）
場 所：登米市石越公民館
事業 名：平成26年度指導者研修会

スポーツ活動をする上で、ケガを未然に防げるように、また安全を確保しながら安心してプレイできるようにするため「ストレッチの必要性と実技」というテーマで、公益財団法人日本体育協会公認アスレティックトレーナーの青島大輔氏に講演していただきました。



講演については、ストレッチの必要性について講義と実技が上手く組合わされており、とてもわかりやすく、参加者も真剣に取り組んでいました。

ストレッチは子どもたちから高齢者まで運動する際に怪我予防のため必要であり、指導する側が体験することは重要と思われます。

