

FISCHER オンライン陸上トレーニング講習会 2023

<キャンプの趣旨>

FISCHER TEAM のコーチ新村コーチ（チューンナップショップ 88°）の主催・企画によるオンライン講習会です。

ケガをしない効率的な身体の使い方の習得・身体を動かすベースとなるフィジカルを向上するトレーニング、鍛えたフィジカル要素をスキーの実践で発揮するためのリモートトレーニングについて、FISCHER チームトレーナー「榎本茂樹」氏を招いてのリモート講習会です。

次シーズンインに向けてどんなトレーニングがより効果的かを理解し、選手が自ら実践していくモチベーションを高める指導内容、指導方法についてコーチ間の共有を図ります。

<主催> チューンナップショップ 88°

<協賛> (株) ゴールドウイン・フィッシャー事業グループ

<開催日程> 2023/ 7 /13 PM18:00~19:00

2023/ 7 /25 PM18:00~19:00

2023/ 8 /10 PM18:00~19:00

2023/ 8 /24 PM18:00~19:00

2023/ 9 / 7 PM18:00~19:00

2023/ 9 /21 PM18:00~19:00

2023/ 10 /5 PM18:00~19:00

2023/ 10 /19 PM18:00~19:00

計 8 回の開催 内容はすべて違います。

<申込方法> Google Forms アンケートにて必要事項を記入して下さい。

参加希望者は随時申込をおこなってください。

<https://forms.office.com/r/Lh1BHYth7V>

<参加費> ¥1,500 / 1 回

指定の振込先に希望参加日の 2 日前に参加料の振り込みをして下さい。

振込確認後 ZOOM への案内をメールします。

参加回数をまとめて振り込み可能です。

参加費を支払った後の返金は致しませんのでご了承下さい。

<振込先> 八十二銀行 真田支店 店番号 325 口座番号 0096657 振込先 ニイムラエイジ

<参加対象> 小学生 5 年生以上、中学生、高校生、大学生、社会人が対象

<用意する物> バランスボール、ヨガマット、チューブ

<コーチングスタッフ>

榎本 茂樹 トレーナー NESTA・NASM・FMS 認定トレーナー、Personal Training Studio BUDDY 代表

石井 智也 (株式会社ゴールドウイン) 7月 13.25 日参加予定

<問合せ連絡先>

チューンナップショップ 88° 新村 栄司 090-4669-1828 eiji88n@ybb.ne.jp

株式会社 ゴールドウイン 伊東裕樹 070-1487-8469 hi-ito@goldwin.co.jp

<その他確認事項>

- ・レッスンは zoom アプリを使用して行います。事前のダウンロードをお願い致します。
- ・入室時は、セキュリティを保つために表示名を本名に設定しご参加をお願い致します。受付時のお名前と判別が付かない場合ご入室の許可が出来ない場合がございます。
- ・ミーティング ID を入力し入室いただくと、待合室に自動的に入ります。5 分前まではこちらでお待ちいただき、5 分前を過ぎましたらミーティングルームにご入室いただきます。
- ・開始時間となりましたら全員集合を待たずにレッスンを開始させていただきますのでご了承下さい。
- ・安全にレッスンを受講いただくために少なくとも一畳～二畳分のスペース確保される事を推奨します。
- ・カメラの画角は全身が映るように設定いただくことを推奨します。
- ・水分補給のご用意もお願いいたします。

<オンライングループレッスン受講ガイド動画>

<https://youtu.be/UuOyysFgXQY>

<参加できなかった場合>

参加費を支払って受講日に参加できない場合、講習会が開催される前までに以下までご連絡下さい。

後日、受講できなかった時の URL をメールします。

チューンナップショップ 88° 新村 栄司 090-4669-1828 eiji88n@ybb.ne.jp

株式会社 ゴールドウイン 伊東裕樹 070-1487-8469 hi-ito@goldwin.co.jp