



FISCHER オンライン講習会 2024

<キャンプの趣旨>

FISCHER TEAM の新村コーチ（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」氏を招いてのオンライン講習会です。

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

<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

<開催日程> 2024/ 8/3 (土) AM11:00~12:00
2024/ 8/17 (土) PM11:30~12:30
2024/ 8/31 (土) AM11:00~12:00
2024/ 9/7 (土) AM11:00~12:00
2024/ 9/14 (土) AM11:00~12:00

計 5 回の開催 内容はすべて違います。

8/3(土)開催は無料体験会になっています。但し事前に申し込みは必要です。

<参加費> 1 回につき、1 人 1,500 円（アーカイブ希望者は 500 円になります。）

<振込先> 八十二銀行 真田支店 店番号 325 口座番号 0096657 振込宛名ニムラエジ

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

申込み締切日：各回の 3 日前までに申し込みをお願いします。

<https://forms.office.com/r/SQGKZ5tGJJ>

申し込み後、参加する選手にはリモート講習会のアカウントをメールします。

<用意する物> バランスボール、ヨガマット、チューブ



<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 070-21487-8469 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ください。
- ・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 070-21487-8469 hi-ito@goldwin.co.jp