

平成 28 年度「新潟県テニス指導員研修会 2 月開催」スケジュール&内容

1. 期 日：平成 28 年 2 月 19 日（日） 10：00～16：30（受付9：30より）

2. 会 場：マリブルーテニスクラブ

〒950-0914 新潟市中央区紫竹山 6-2-12 TEL025-244-1616

3. スケジュール

10：00～12：00

ジュニア・一般対象の楽しく・簡単にできるウォーミングアップ&トレーニング

講師・・・山内 渉（やまうち わたる）トレーナー

12：00～13：00

昼 食

13：00～15：30

ジュニアレベルアップ強化ドリルとダブルスのレッスン法

講師：小山慶大（こやま けいた）

15：30～16：00

クーリングダウンの必要性と指導法

講師・・・山内 渉（やまうち わたる）トレーナー

16：00～16：30

質 疑 応 答

16：30

終 了 予 定

講師プロフィール

山内 渉・・・新潟県立巻高等学校 サッカー部トレーナー

アップルスポーツカレッジ 非常勤講師

【資格】 スポーツトレーナー NSCA Certified Personal Trainer

整 体 MTAA Manipulative therapist

マッサージ MTAA Lymph and treatment therapist

小山 慶大・・・元プロテニスプレイヤー

柳川高校→早稲田大学→中央教育研究所（株）所属

2016年10月31日引退後 ヨネックス（株）勤務

日本ランキング シングルス 23 位（最高位）

