

2022 年度

長野県バスケットボール協会指導者講習会（筋力トレーニング）

実施要項

講師 繁田雅樹氏（信州ブレイブウォリアーズ ストレングス&コンディショニングコーチ）

日程

10月16日(日)

会場 東海大学付属諏訪高等学校体育館トレーニング室（茅野市玉川 675 番地）

受付 9:00 ～ 9:20

開会式 9:20 ～ 9:30

式次第 ①会長挨拶 ②講師/助手紹介（技術委員長）

④講師挨拶 ⑤その他

クリニック 9:30 ～ 12:00（午前）※冒頭 5 分で指導者コンプライアンス研修を行います。

13:10 ～ 15:50（午後）

閉会式 15:50 ～ 16:00

式次第 ①お礼の言葉（会長）②講評（講師）③諸連絡

●内 容 筋力トレーニングの基礎理論と実践

*参加者は当日、受付にて参加料 1000 円を納付し、所属・氏名を記入して下さい。

◎新型コロナ感染防止対策を行います。

①健康チェックシートの提出（1 週間～当日まで）受付に提出してください。

②体温測定（入場の際し）発熱・風邪症状のある方は参加できません。

③アルコール製剤による手指消毒の実施

④受講中のマスク着用

問い合わせ

県技術委員長 東海大学付属諏訪高等学校 神澤徳 携帯 080-5142-4611

指導者養成委員会委員長 窪田 明 携帯 090-2946-2823

◎当日の健康チェック表（必ず提出すること）【講師・参加者用】

会場にて提出してください。

講習名	長野県バスケットボール協会指導者講習会（筋力トレーニング）	提出日	2022年10月16日	
開催場所	東海大学付属諏訪高校体育館トレーニング室			
参加者氏名		年齢	歳	
参加者連絡先	〒 ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー 住所 (TEL ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー)			
勤務先				
	本日の移動手段：自家用車 電車 バス その他（ ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ）			

☆チェックリスト

①	今日の体温は何度ですか。	℃
②	マスクを持っていますか	持っている・持っていない

下の質問は、講習前1週間（7日程度前から当日まで）について、お答えください。

③	ア	平熱を超える発熱（37.5度以上）があった	はい ・ いいえ
	イ	咳（せき）、のどの痛みなど風邪の症状があった	はい ・ いいえ
	ウ	だるさ（倦怠（けんたい）感）、息苦しさ（呼吸困難）があった	はい ・ いいえ
	エ	嗅覚や味覚に異常を感じたことがあった	はい ・ いいえ
	オ	体が重く感じたり、疲れやすいと感じたことがあった	はい ・ いいえ
	カ	新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触があった	はい ・ いいえ
	キ	同居家族に感染が疑われる方がいた	はい ・ いいえ
	ク	過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触があった	はい ・ いいえ

過去7日以内に仕事や旅行その他の理由等で県外への移動があった方は移動先の都道府県名を記入してください。

（ ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ）

以下の2つについて、当てはまる場合は、□に”レ”を入れてください。

- チェックリストに記載した内容に、間違いはありません。
- 私は、講習中感染防止に努め、主催者の指示に従います。