



スポーツサイエンスセミナー2023 松商学園スポーツセンター

# スポーツパフォーマンス 向上と測定・評価、スポーツ トレーニングを科学する

2023年2月11日（土）13:30～18:00

学校法人松商学園 松商学園高等学校

---

本セミナーはハイブリッド開催で行います。

お申し込みは裏面のQRコードからお願いします。  
開催の詳細は、裏面ならびに下記、Peatixサイトをご覧ください  
<https://sports-science-seminar20230211.peatix.com/>

## 講師のご案内



池田 克也 氏

プロからアマチュアや大学スポーツといった幅広いアスリート、バスケットやサッカー、アメリカンフットボールなど複数競技において、アスリートの筋力・体力強化のためのトレーニング「ストレングス&コンディショニング(S&C)」コーチを歴任、現在は「国立スポーツ科学センター ハイパフォーマンスジム トレーニング指導員」として、科学的知見に基づいたトレーニングの提案と指導、情報発信に取り組む。

大阪体育大学大学院修了(スポーツ科学修士) / CSCS / JATI-AATI  
1972年生まれ / 大阪府出身 / 東京都在住。



山口 翔大 氏

松商学園高等学校卒業(ウエイトリフティング部所属)後、順天堂大学を経て、早稲田大学大学院スポーツ科学研究科修了。現在は「慶應義塾大学体育研究所 特任助教」を務めながら、株式会社S-CADE・最高経営責任者、横浜創学館高等学校・フィジカルコーチを兼任。PhD(スポーツ科学) / CSCS、中高保健体育教員免許を保有、専門領域はスポーツ科学。

- ・慶應義塾大学体育研究所 (<https://ipe.hc.keio.ac.jp/>)
- ・株式会社S-CADE (<https://www.s-cade.com/>)

## スポーツサイエンスセミナー2023 松商学園スポーツセンターのご案内

2023年2月11日(土)

13:30 - 18:00

学校法人松商学園

松商学園高等学校

〒390-8515

長野県松本市県3-6-1

(受講料)

■一般：11,000円

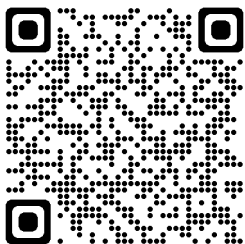
■教員割引(小学校・中学校・高等学校に限る) 5,500円

■学生割引(専門学校生・大学生・大学院生) 4,500円

■オンライン：3,500円

※料金は「企画・催行・講師料ならびに資料代等と税込」の価格です。

お申し込みは下記のQRコードを読みとりください。



スポーツのパフォーマンスやそのトレーニング効果向上のためには、測定と評価は、重要な取り組みです。近年は、それらの測定や解析などにも、小型・軽量化されたセンサーやデバイスや多彩なアプリケーションやソフトウェアが開発され、日進月歩、その取り組みは進化しています。

今回のセミナーでは、長年、プロからアマチュアのアスリートの筋力・体力強化のトレーニング「ストレングス&コンディショニング(S&C)」コーチを務め、現在は「国立スポーツ科学センター ハイパフォーマンスジム トレーニング指導員」である池田 克也 氏と、「慶應義塾大学体育研究所 特任助教」としてスポーツ科学・応用健康科学・コーチング学・運動生理学を主分野として研究・教育活動に取り組みながら、株式会社S-CADEで「科学的データをスポーツ現場の身近なもの。」をキャッチフレーズに測定や分析やそれらのための機器販売などに従事する山口 翔大 氏をお招きし、スポーツ現場における有効なトレーニング方法やパフォーマンス向上のための実践活動と、それらを支える測定・分析や評価とフィードバックの往還の実績や事例の紹介と、トレーニング現場におけるお二人の試行錯誤のご経験とスポーツトレーニングへの展望をディスカッションしてもらいます。

なお本会は「学校法人松商学園 松商学園高等学校スポーツセンター」「松商学園高等学校 ウエイトリフティング部」のご協力を得て開催しております。

(スケジュール)

13:30~13:40/10分 オープニング・講師紹介

13:40~14:40/60分 S&Cトレーニングの実践と展望(池田氏)

14:50~15:50/60分 スポーツパフォーマンス向上のための測定・評価(山口氏)

16:10~17:10/60分 S&Cトレーニングと測定・評価ワークショップ(池田氏、山口氏)

17:20~17:55/35分 ディスカッション・質疑応答

17:55~18:00/05分 クロージング・記念撮影

※以上は、本紙作成時点の予定です(予告無く変更する可能性があります。)

■NSCAジャパン「CEU プロバイダープログラム」承認セミナー(申請中)

■JATI「更新単位付与」対象事業(申請中)

「スポーツサイエンスセミナー」は、スポーツのコーチングやトレーニング現場への、スポーツ科学の知見の還元を目的に、2021年12月から開催、本会で通算6回目の開催となります。当セミナーは、スポーツビジネスに従事して23年目になるスポーツプランニング・プロデューサー、浦久保和哉(<https://urakubo.jp/>)が主宰しております。