

平成26年度体力づくりサポート・栄養サポートプログラム

実施要項

1 目的

公益財団法人熊本県体育協会（以下、「県体育協会」という。）は、国体選手等の体力及び競技力向上を目的とした身体組成や生体機能の測定を実施し、競技者自身が自分の体力を把握するとともに、競技に必要な体力要素の補強手段を得て、今後のトレーニング計画に役立てることを目的とする。

また、併せて競技力向上に係る栄養講話を行い、効果的な栄養摂取の指導を通して、競技の特性に応じた食生活の推進を図る。

2 主催

公益財団法人熊本県体育協会

3 共催

一般財団法人熊本県スポーツ振興事業団（予定）

4 実施日時及び会場

- (1) 日時 平成26年12月14日（日）午後1時～午後5時30分
- (2) 会場 県民総合運動公園陸上競技場 地下1階トレーニングルーム

5 講師

- (1) 平崎和雄（九州看護福祉大学准教授・県体育協会スポーツ医科学専門委員会トレーナー部会員）他
- (2) 中村弘幸（別府大学助教）他

6 対象者

第70回国民体育大会熊本県候補選手等（県選抜・学校運動部、ジュニア層の単位でも可）

7 測定項目（次の項目は具体例であり、限定されない）

- (1) 身体組成（インピーダンス法による体脂肪率、筋量、骨量、基礎代謝量など）
- (2) パワー（自転車エルゴメーターによる最大無酸素パワーなど）
- (3) 反応時間（全身反応時間・反応開始時間）
- (4) 肺換気能（最大換気能力など）
- (5) 筋力（下肢筋力、固有背筋力など）
- (6) 乳酸閾値（無酸素性作業閾値など）
- (7) 持久力（最大酸素摂取量など）
- (8) トレーニング方法の検討（ウエイトトレーニング手法の検討など）
- (9) 練習時でのトレーニング負荷強度の検討（最大酸素借向上法の検討など）

8 経費

測定費用は、主催者が負担する。

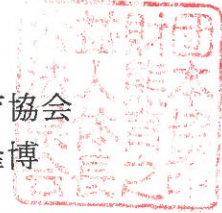
9 その他

必要に応じて競技団体を限定する場合もある。

熊体協第702号
平成26年11月13日

各国体実施競技団体長 様

公益財団法人熊本県体育協会
会 長 甲斐 隆博



平成26年度「体力づくりサポート・栄養サポートプログラム」の実施
について（通知）

日ごろから、本会の諸事業に対しましては、格別の御理解と御協力を賜り感謝申し上げます。

さて、標記事業を、別紙要項のとおり実施いたします。

つきましては、貴団体の関係者（競技団体国体強化選手、学校部活動単位等でも可）へ周知のうえ、参加いただきますようお願いします。

なお、参加申込みは、別紙返信 FAX 用紙により、平成26年12月5日（金）までに、本会事務局あて提出願います。

〒861-8012

熊本市東区平山町 2776

県民総合運動公園陸上競技場内

公益財団法人熊本県体育協会

担当：中野 功一郎

TEL096-388-1581 FAX096-388-1584

E mail main@kumamoto-sports.or.jp

<別紙>

返信FAX用紙

< / 枚 >

平成26年度「体力づくりサポート・栄養サポートプログラム」

【12月14日<日>開催 県民総合運動公園陸上競技場】

に_____名 参加申し込みします。

競技団体名 : _____

代表者名 : _____

連絡先電話番号<携帯電話等> : (_____) _____

参加者名簿

選手氏名	フリガナ	性別	年齢(生年月日)	学校名・競技名等
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	
			才(. .)	

記載責任者氏名 _____

※ 個人情報の取扱：本調査により取得した氏名、生年月日、学校名等の個人情報は、本事業推進に係る業務並びに関係者へ案内等の連絡調整に使用させていただき、他の目的では使用いたしません。なお、個人情報は紙及び電子データで保存し、第三者への無断提供、紛失、漏洩、改ざん等がないよう適切に管理いたします。

※ 当日は、事業実施開始時間の13時まで「県民総合運動公園・地階トレーニングルーム」に直接お越しください。

【公益財団法人熊本県体育協会 FAX096-388-1584】