

2025年前期専門講習会

『からだの動作科学』

ボウリング技術を高め、それを長く維持するために必要な身体に関する知識を整理してお話しします。とくに身体の構造に配慮した動かし方や、トレーニングの方法、ケガの予防、疲労から回復について取り上げ、身体の手入れにおける注意点や、手入れの効果を高める背景となる知識について概説します。さらにトレーニングの効果を高める睡眠や食事・栄養、メンタル面についても取り上げます。

開催日時：2025年7月31日（木）
13:00～16:00

ZOOMアプリによりオンライン講習会もしくは
対面講習会（どちらかを選んで下さい）

対面講習会

会場：東京ポートボウル会議室

〒105-0023 東京都港区芝浦1-13-10 7階

受講資格：公認・認定インストラクター

受講料：4,000円



講師 大山 卞 圭悟 筑波大学体育系 准教授

（おおやま べん けいご）

1970年兵庫県西脇市生まれ

93年筑波大学体育専門学群卒業

99年筑波大学体育科学系 講師13年より筑波大学体育系 准教授（現在に至る）

99年より現在まで、筑波大学陸上競技部コーチ（主に投擲競技を担当、06～11年同監督 22-同部長）

22-25日本陸連医事委員会トレーナー部長

99年、01年、05年ユニバーシアード陸上競技日本選手団トレーナー

お問い合わせ

公益社団法人日本プロボウリング協会
インストラクター委員会

〒105-0023 東京都港区芝浦1-13-10 第三東運ビル2F
TEL 03-6436-0310 GAX 03-3454-6140

詳しくは
JPBA
ホームページ
ご覧下さい