

## 平成30年度 パワーリフティング指導者研修会 実施要項

1 趣 旨 福井国体の開催を契機として、子どもから高齢者まで、それぞれの体力や生活時間にあった運動習慣の定着を促進するため、パワーリフティングの指導者および指導者を目指す方を対象に研修を行い、指導者の資質向上とパワーリフティングの普及につなげる。

2 主 催 福井県教育委員会 福井運動公園事務所 福井県パワーリフティング協会

3 期 日 平成30年5月13日(日)

4 会 場 タケイパワージム(大野市桜塚町905)

5 日 程

8:50 ~ 9:00	受付・準備
9:00 ~ 9:10	開講式
9:10 ~ 10:00	講義及び実技(前半)
10:00 ~ 10:10	休憩
10:10 ~ 12:50	講義及び実技(後半)
12:50 ~ 13:00	閉講式・後始末

6 講習内容 1. ベンチプレスのルール詳細と判定について  
2. ピーキングの仕方について(その2)

7 講 師 武井 康弘 氏  
公益財団法人 日本体育協会 公認スポーツ指導者 パワーリフティング指導員  
公益社団法人 日本パワーリフティング協会 公認審判員  
勝矢 祐司 氏  
公益社団法人 日本パワーリフティング協会 公認審判員

8 対象者 福井県パワーリフティング協会所属指導者  
パワーリフティング指導者を目指す方  
パワーリフティング愛好者

9 申込先 事前に福井県パワーリフティング協会担当(武井康弘)まで申し込まれるか、当日、会場にて申し込みをしてください。

TEL: 090-3767-0672 E-mail: aitenfu3@navy.plala.or.jp