

2021年7月1日(月)

加盟チーム代表者様



豊川サッカー協会
技術部
委員長 藤本 善生
携帯：090-5602-4394



TFA ナイターアカデミー トレーナー講習会のご案内

拝啓 日頃より豊川サッカー協会の活動にご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。
当協会技術部では初めての試みとして、トレーナー講習会を開催いたします。
多くの方のご参加をお待ちしております。

敬具

記

- 1 日時 2021年7月8日(木)、15日(木) 19:00~21:00
- 2 場所 豊川市市民のスクエア
- 3 対象者 豊川サッカー協会加盟チームの指導者と選手
- 4 参加費 無料
- 5 講師 (公財)愛知県サッカー協会 東三河地区協会
医科学準備委員会 川本 正博 氏
- 6 内容 テーマ：夏の暑さを乗り切るセルフコンディショニング
実践：① ウォーミングアップ
② クールダウン
③ 知識講習(水分補給、栄養補給、休養学)

※上記を実践し、TFA ナイターアカデミー選手と講習会参加者が共に学ぶ

7 タイムスケジュール

19:00~	ウォーミングアップ
19:30~	TFA ナイターアカデミー 通常トレーニング(見学)
20:30~	クールダウン
20:45~	知識講習、質疑応答

※19:30からはトレーナー講習会ではなく通常のTFA ナイターアカデミーのトレーニングとなります。今年度から新たに始まった当協会の取り組みとなりますので、トレーナー講習会とあわせてご覧くださいませ。

- 8 問合せ先 技術部：藤本(携帯：090-5602-4394)

<https://www.toyokawa-fa.jp/>