



CDE 指導者ワークショップ開催のお知らせ

陽春の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。

この度、2024年度のCDE指導者向けプログラムの第1弾として、対面ワークショップを以下の通り開催いたします。新シーズン、そして夏に向けて、チームのパフォーマンス向上のため、また指導者同士の見聞を広める機会としてぜひご活用ください。ご参加をお待ちしております。

<6月2日(日) 指導者ワークショップ 開催要項>

- テーマ：『選手が安全に活動するための正しいトレーニング計画の基礎知識』
新年度が始まりここから1年間のチーム活動において、安全且つパフォーマンスを上げながら活動できる、体づくりのためのトレーニング計画
<持久力、パワー、スピード、柔軟性アップ等の各トレーニングをいつ行うべきか>
<リカバリー(休息/疲労回復)方法やタイミングについて>
- 講師：多田 久剛 (NPO法人 Spitzen Performance 代表理事、CDE オフィシャルトレーナー)
- 日時：2024年6月2日(日) 10時00分～12時00分 (受付は15分前)
※講義終了～12時45分は、質疑応答(講義内容以外)や参加者同士の交流の場として開放しますので、どうぞお気軽にご参加ください(任意参加)
- 場所：BumB 東京スポーツ文化館 研修ルーム B (江東区夢の島 2-1-3/新木場駅徒歩13分)
- 対象：18歳以上 指導者または指導者を目指す方 (定員：25名程度)
- 費用：税込3,850円
- 申込：5月10日(金) 12:00 から 5月22日(水) 10:00 まで
 - ・最少催行人数に満たない場合は中止となります
 - ・開催決定後(申込期間終了後)にお支払のご案内メールをお送りします

<CDE 指導者ライセンス保持者向け>

参加費：税込3,300円 ※受講すると更新3ポイントが付与されます

- 問合せ先：一般社団法人 Cheer & Dance Education 指導者プログラム事務局
TEL：03-5216-5596 FAX：03-5216-5546 cde-coach@cheer-edu.org

<今後の指導者プログラム開催予定>

- ◇ 9月 1日(日) 指導者ワークショップ(オンライン) 10:00～13:00 予定 講師:羽柴多賀子
- ◇ 10月 20日(日) 指導者カンファレンス(オンライン) 9:30～16:00 予定
カンファレンスは、各専門分野の講師による複数の講義を受講いただくスタイル