

ナショナルトレーニングセンター競技別強化拠点

戸田ナショナルトレーニングセンター（T-NTC）便り No. 17

公益社団法人 日本ボート協会  
強化委員会委員長 相良彰敏

### U23 世代トレーニング講習会のご案内

全日本大学選手権の開催週に戸田ナショナルトレーニングセンターにおきましてトレーニング講習会を開催します。

日 時 8 月 19 日（日）、20 日（月）、21 日（火） 14:00～15:30

場 所 ナショナルトレーニングセンター競技別強化拠点施設（戸田NTC）

トレーニングルーム（戸田艇庫内）

内 容 乗艇後のコンディショニング・トレーニング

～積極的なクーリングダウン～

講 師 長内暢春（戸田ナショナルトレーニングセンター トレーニング専門職）

対 象 U23 世代の指導者、選手（各団体 3 名まで）

※多くの団体に参加していただくため、各団体 1 回のみの受講とさせていただきます。

準 備 すべて実技ですので運動できる服装と室内用シューズ、筆記具を用意してください。

お願い ビデオやデジカメでの撮影はお控えください。

申し込み 希望団体は申し込みシートと団体健康告知書を作成し、PC で返信してください。

※ 送付先を変更しています。また既に申込みされた団体もお手数ですが再度お送りください。

アドレス；~~toda-ntc@jara.or.jp~~ [koho@jara.or.jp](mailto:koho@jara.or.jp)

※団体健康告知書は当日、提出してください。

※受講料は無料

※申し込み人数が多い場合は、人数・日時を調整させていただきます。

問い合わせ 048-420-6019 戸田ナショナルトレーニングセンター 長内（おさない）