

一般財団法人 新潟県バスケットボール協会

スポーツ医科学委員会 オンライン研修会のご案内

研修会目的：

バスケットボールを行う上で、ケガの予防はとても重要となりますが、そのためには身体の状態をチェックし、コンディショニングを実践していくことが大切です。また、ケガが発生した場合、その後の対処を正しく行うことで、競技復帰を早めたり、再発を予防することも可能です。

本研修会は、「バスケ手帳」を通じて、ケガ予防のためのセルフチェックやコンディショニング等の知識を深めると共に、指導者の先生方とスポーツ医科学委員会が情報共有を行いながら交流を深め、競技現場と医療の距離を縮め、選手に有益な競技環境を構築することを目的としています。

対象：

- ・新潟県バスケットボール協会に所属している指導者の先生方

(JBA 公認コーチリフレッシュポイントが付与されます。)

- ・選手 ・保護者 ・トレーナー 等 研修会に参加を希望される方

内容：『バスケ手帳の使い方』

今年度リリースされました「バスケ手帳」の様々な機能や活用方法をご説明いたします。また、ケガの予防に必要なセルフチェックやコンディショニング等につきまして、バスケ手帳を用いながら具体的に説明いたします。

また、指導者の先生方と委員会メンバーの交流を図るため、チャット機能などを用いて質問を受け付けながら進めていきます。また、お互いが意見交換できる時間を設けております。

日時：令和2年10月28日（水）20：00～21：00

方法：Zoomによるオンライン研修会

受講料：無料



一般財団法人  
新潟県バスケットボール協会  
バスケ手帳

新潟県バスケットボール協会  
スポーツ医科学委員会  
委員長 近 良明  
研修会担当 松田 孝史

# スポーツ医科学委員会

## オンライン研修会

令和2年 **10月28日** **水** **20:00~21:00**  
pm pm



一般財団法人  
新潟県バスケットボール協会

受講料 **無料**  Powered by **zoom**

## バスケ手帳の使い方

- 1 : バスケ手帳の活用法
- 2 : ケガ予防に必要なセルフチェック
- 3 : コンディショニングとは？

2020年4月に発表された「**バスケ手帳**」の正しい活用法を解説します  
バスケットボールに特化した**ケガの対処法・予防法・コンディショニング**など、  
日本初!! いつでも持ち歩けるメディカルトレーナーを皆さんの携帯電話へ

**講師：松田孝史** (スポーツ医科学委員会／猫山宮尾病院)

受講希望の方はQRコードよりお申し込み下さい  
お申込が確認でき次第、参加に必要な  
IDとパスワードをメールにてお送りします



本研修会はJBA公認コーチリフレッシュポイントが付与されます。

- ・1回の研修会参加で2ポイント付与されます。
- ・リフレッシュ研修を受講しても、上の級に昇格はできません。  
(新規養成講習会ではありません。)

○申込み (JBA公認コーチ取得済みの方のみ)

TEAM JBAマイページ「イベント」→「講習会・研修会一覧」より該当の研修会に申込みを済ませてください。

●お問い合わせ

一般財団法人 **新潟県バスケットボール協会**

〒950-1011 新潟県新潟市西区山田2307-272 新潟市観光情報館「時の旅人館」内 (新潟ふるさと村地内)

TEL : 025-378-2877 FAX : 025-378-2878 メール : [nbba.office@camel.plala.or.jp](mailto:nbba.office@camel.plala.or.jp)

OPEN : 月~金曜 9:45~17:30迄 (土・日・祝は定休日) ※別途夏季・冬季定休



一般財団法人 新潟県バスケットボール協会