

# 福岡県トライアスロン連合主催 Zoomに来ちゃりー!

7月19日(日)

第1回 「ケガ・故障予防やってみり〜!!」

講師：樋口 玲士

内容：ランニング動作におけるケガ・故障予防のためのセルフコンディショニングおよび補強トレーニング

対象：FTU会員(JTU会員)/ジュニア選手

時間：19:00~20:30

定員：80名(先着順)

受講料：無料



【申し込み・問い合わせ】  
福岡県トライアスロン連合  
HP：<http://ftu.jp>  
内藤：naitoh@d6.dion.ne.jp

7月26日(日)

第2回 「体幹トレーニング知っとーお？」

講師：内藤 義之

内容：KOKA式体幹★バランストレーニングを用いての水泳・バイク・ランに効く体幹トレーニングおよびストレッチ

対象：FTU会員(JTU会員)/ジュニア選手

時間：19:00~20:30

定員：80名(先着順)

受講料：無料



8月2日(日)

第3回 「3種目の補強運動どげんすると？」

講師：武友 寛

内容：トライアスロン、スイム・バイク・ランに活かす手軽にできる補強トレーニング

対象：FTU会員(JTU会員)/ジュニア選手

時間：19:00~20:00

定員：80名(先着順)

受講料：無料

8月9日(日)

第4回 「オリンピック田山寛豪監督&加藤友里恵選手に何でも聞くパイ」

講師：田山 寛豪 監督

(NTT東日本・NTT西日本・流通経済大学助教)

講師：加藤 友里恵 選手  
(佐藤興業)

※コーディネーター 武友 綾巳

内容：オリンピックとトライアスロンを頑張る子供達との交流会

(前半はトークイベント、後半は質問コーナー)

対象：小学校5年生から高校生

ジュニア指導者、大学生もOK!

時間：19:00~20:30

定員：80名(先着順)

受講料：無料 質問待つとーよ!



【本セミナーの協賛企業様を募集中】

本オンラインセミナーでは協賛企業様を募集いたします。

※スポンサーシッププログラム

内容/①各回1企業様 PRセミナー(3分)

②各回1企業様 司会者のバーチャル背景広告

(セミナー後チャットにてダウンロード資料を受講者全員に送信)

費用/①②ともに10,000円 各回 ①1企業様、②1企業様

お得な情報をいち早くお届け!

LINE@はじめました

友だち募集中! LINE ID @901o1ymt

