

## 2009 年度第 4 回 JTU 公認〈初級指導者〉養成講習会

### (日本エアロビクスセンター会場) ご案内

表題の初級資格講習会を下記のように千葉県日本エアロビクスセンターで開催いたします。

この資格は、トライアスロンの未経験者や初心者を対象に、この競技を安全にそして正しく指導するための公認指導者資格です。

なお、(財)日本体育協会公認「トライアスロン指導員」資格取得には、本講習会受講後、JTU 公認中級指導者資格の取得と(財)日本体育協会が講習会を実施する〈共通科目 I〉の資格取得が必要です。

#### 1. 日時

2010 年 3 月 20 日 (土) 8:00 集合～同 21 日 (日) 18:00 解散

(日程案=巻末参照) 米子会場 (初級) は 3 月 13 日～14 日開催

#### 2. 会場 講義・実技・宿泊

「生命の森リゾート 日本エアロビクスセンター」

〒297-0201 千葉県長生郡長柄町上野 521-4 [TEL:0475-35-3333](tel:0475-35-3333)

<http://www.seimei-no-mori.com/>

#### 3. 受講資格 (20 歳以上※の 2009 年度 JTU 登録者で次の [1]～[5] のいずれかに該当する者)

※2010 年 4 月以降に 20 歳であれば受講可

[1] 20 歳から 30 歳迄の男子で 2 時間 20 分以内、同女子で 2 時間 35 分以内での完走記録保持者。対象大会は、2006～2009 年度オリ ンピック距離 (51.5km タイプ) なお、31 歳以上は、上記を基準に年齢が 1 歳増すごとに 1 分をプラスする (40 歳男子では 2 時間 30 分以内が基準タイム)。

[2] ロングディスタンス大会の場合は、上記①を基準に指導者養成委員会が認めた者。

[3] JTU および JTU 加盟団体が認めた者。(加盟団体に推薦書を作成してもらい提出する)

[4] JTU コーチングシンポジウムに参加した者。

[5] JTU 指導者養成委員会が認めた者。

(上記 [1] ～[4] いずれにも該当しないが、受講を希望する者はその理由と略歴等を「A4」1 枚程度の文章にまとめて提出する)

#### 4. 内 容

- [1] 指導者の心得・歴史
- [2] 競技ルール
- [3] スイム・バイク・ランの指導法（スイム、ランは実技あり、バイクは実技なし）
- [4] コンディショニングの指導法
- [5] バイクメンテナンス

#### 5. 定員 50名(定員になり次第、締め切り)

#### 6. 費用 受講料 17000 円（施設使用料、テキスト代含む）

- ・交通・宿泊は各自負担（宿泊費 11,235 円／1泊4食付）
- ・登録料は別途必要（登録は 2010 年 4 月 1 日から）

#### 7. 申し込み先（以下の 2 箇所に同報返信）

- [1] 山倉和彦 JTU 指導者養成委員長メール [yammer@dm.mbn.or.jp](mailto:yammer@dm.mbn.or.jp)
- [2] (社) 日本トライアスロン連合 [jtuoffice@jtu.or.jp](mailto:jtuoffice@jtu.or.jp)

#### ●返信用・2009 年度 JTU 公認初級指導者養成講習会（日本エアロビクスセンター会場）

◎上記案内文を削除し、必要事項を明記し返送。

- [1] 氏名（フリガナ）
- [2] 性別
- [3] 年齢（2010 年 4 月以降 20 歳以上）
- [4] 加盟団体
- [5] JTU 登録番号
- [6] 住所〒
- [7] 電話番号（自宅/会社）
- [8] 携帯電話
- [9] E メール（PC アドレスが望ましい。携帯の場合は PC からのメールが届くよう、ドメイン指定等の解除を行うこと）
- [10] FAX 番号（FAX での連絡を希望する方）
- [11] 意見・質問

<日程案>

3月20日(土)

8:00~8:30 受付(日本エアロビクスセンターロビー)

8:30~8:50 オリエンテーション

8:50~10:20 指導者の心得・歴史

10:30~12:30 競技ルール

12:30~13:30 休憩

13:30~15:30 バイクメンテ

15:40~17:10 基礎理論1

17:30~19:00 バイク講義

19:00~20:30 夕食・休憩

20:30~22:00 基礎理論2

3月21日(日)

7:00~ 9:00 スイム実技

9:00~10:30 移動・朝食

10:30~12:30 コンディショニング実技

12:30~13:30 昼食

13:30~15:30 ラン実技

15:50~16:50 スイム講義

17:00~18:00 ラン講義

18:00~18:10 終了式・解散

<以上>

(社)日本トライアスロン連合(JTU)

電話:03-5469-5401(代) FAX:03-5469-5403