



プレイヤーファースト! 「パフォーマンス向上と スポーツ外傷予防のための コンディショニング」



国際武道大学 教授
笠原 政志 先生



パフォーマンス向上とコンディショニングを両立するための
実践力を身に付けることができる内容でした。

受講者の声

令和5年11月30日(木)の受講者より

- 日頃の部活動における指導の疑問点を的確に教えていただきました。
- 科学的な根拠に基づいた知識をたくさん得ることができました。