

**令和3年度（公財）富山県体育協会 競技スポーツ振興事業
パワーリフティング競技 選手強化セミナー実施要項**

1. 趣 旨 身体理論の専門指導者を招聘し、正しい身体の動かし方・それぞれのタイプに合った練習法指導法についての講習を通して、県内指導者の指導力向上、選手の競技力向上を図る。
2. 期 日 令和3年11月7日（日） 午後1時～午後2時30分
※高岡市パワー・ベンチ選手権大会終了後に開催します。
3. 会 場 高岡市長慶寺スポーツレクリエーションホーム
933-0951 高岡市長慶寺650
当日連絡先：090-2379-7568（芦崎） 会場連絡先：0766-25-6044
4. 主 催 富山県パワーリフティング協会
5. 後 援 （公財）富山県体育協会
6. 講 師 守山 哲郎（一般社団法人 レッシュ・プロジェクト 公認マスター級トレーナー）
7. 演 題 「4スタンス理論講習会～4スタンス理論をパワーリフティング競技に活かす～」

8. 内 容

時 間	内 容
13:00	開催挨拶・講師紹介
13:05	講演：「4スタンス理論をパワーリフティング競技に活かす」
13:30	実技（3種毎のタイプ別特性をお伝えします。）
14:30	閉会挨拶

※プログラムの内容は、今後、変更する可能性があるのでご了承ください。

9. 対 象 県内でパワーリフティング競技に取り組む選手、指導者一般
10. 参加費 無 料
11. 申込み 所定の申込書に必要事項（氏名、年齢、住所）を記入の上、下記宛てに郵送または、メールにて送付のこと。

送付先：〒933-0958 富山県高岡市波岡77-5 携帯TEL：090-9762-2865
富山県パワーリフティング協会 事務局 佐野 雅史
E-MAIL：masashisano419@yahoo.co.jp

12. 申込締切日 令和3年10月25日（月）