

令和7年度指導者講習会兼ボディーコントロールレッスン実施要項

- ねらい 指導者講習事業の一環として、アンダーカテゴリーの日本代表トレーナーを歴任された赤山氏の「体作り、体との向き合い方、ボディーコントロール」についての講話や実技講習を通して、宮城県のバレーボール選手たちの慢性障害ゼロを目標に、指導者の体作りへの意識を高める一助としたい。
- 主催 宮城県バレーボール協会、 同 強化委員会
- 期日 令和7年8月23日（土）：午後、24日（日）：午前午後
- 会場 土曜日：常盤木学園高校体育館、日曜日：聖和学園高校体育館（薬師堂キャンパス）
- 講師 赤山 僚輔 氏（理学療法士、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー）
- 参加者 宮城県内のバレーボールの指導に携わっている教職員および外部指導者、トレーナー、選手（未成年の場合は保護者の引率が必要）、最大定員60名
※強化事業の一環としているため、上記の定員の他に、2025 宮城選抜男子・女子選手、および指導スタッフ、関係チームの選手も参加します。
- 参加費 4,000円（1日のみの参加で2,000円）

8 主な日程

8月23日（土）

12:30	受付開始
12:50	開会行事
13:00	講話および実技講習
17:00	閉会行事

8月24日（日）

9:00	受付開始
9:20	開会行事
9:30	講話および実技講習
12:00	昼食
13:00	実技講習
16:00	閉会行事

参加申込用 QR コード



申込締切：7月16日（金）17:00 まで
<https://forms.gle/xRpCGrsTPFS2Hkcw9>
※60名に達した時点で締め切ります。

- その他 駐車場に限りがあるため、参加者は公共交通機関を利用してお越しく下さい。
- 申し込み先 宮城県バレーボール協会
強化委員会 JOC 宮城県選抜女子監督 小野 裕太（大崎市立田尻中学校）
問い合わせ先 0229-39-0043

<赤山僚輔氏について>

理学療法士であり、(公財)日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーである。さらに、JARTA international の統括部長を務めた後、同社の専属トレーナーとなった。日本オリンピック委員会の強化スタッフ(医科学スタッフ)としての経験や、香川県空手道連盟専任コーチ、香川県バスケットボール協会医科学委員としての活動も歴任。2015年4月に香川県でフィットネス&コンディショニング施設「LibreBody」を開設し、ゼネラルマネージャーを務めている。LibreBodyのアドバイザーとしても活動している。

バレーボールとの関わりとしては、アンダーカテゴリー日本代表の指導に長年携わっている三枝大地氏とともに、**2018年からアンダーカテゴリー日本代表の専属トレーナーとして各種合宿や大会に帯同**している。その功績もあり、2020年4月から5年間、月刊バレーボールのコラムも担当した。

活動及び生涯の目的としては

《全世界からスポーツにおける慢性障害がゼロに成ること》

《全世界から怪我で引退する選手がゼロに成ること》

《心身の不調に向き合う我々自身が心身ともに永続的に健康で居続けること》

このような目的を掲げなら、現在も活動を行っている。



トレーナー歴

2005年：岡山国体(なぎなた競技)トレーニング指導帯同

2009年～2012年：兵庫県某高校女子バスケットボール部トレーナー

2011年：ハワイ大学アスレティックトレーニング研修

2011年～：プロバスケットボールチームのメディカルサポート

2013年～：実業団女子バスケットボールチームトレーナーサポート

2013年、2014年：東京国体、長崎国体 兵庫県成年女子バスケットボールチームトレーナー帯同

2014年：JARTA イタリア研修(トレーニング指導)

2015年：関東ラグビーフットボール協会普及育成委員会指導者講習会トレーニング指導

2015年～：高松商業高校サッカー部、男子バスケットボール部トレーナーサポート、

丸亀市立綾歌中学校男子バスケットボール部トレーニングサポート

2016年：四国電力男子バスケットボール部トレーニングサポート、いわて国体(香川県成年男子バスケットボールチーム、Best16)

2017年：えひめ国体(香川県成年男子バスケットボールチーム、第3位)、

大阪大成会館近藤兄弟トレーニングサポート開始

2018年：アジアユース大会(タイ開催)バレーボール女子U17日本代表チームトレーナー帯同(優勝)、

福井国体(香川県空手道チーム帯同、団体第2位)

2019年：U18女子コルナッキアワールドカップ2019チームトレーナー帯同(優勝)



2024年6月24日に「指導者と選手が一緒に学べる!バレーボール練習メニュー200」が

2025年5月26日に「必ずうまくなるバレーボール 基本と練習法」という書籍が三枝大地氏との共著で発売されている。