

競技力相談

コンディショニング

Nishida Satoru
西田 智 先生



～プロフィール～

学位:博士(スポーツ医学)

【所属】

スポーツ健康科学部 助教



【資格】

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー(JSPQ-AT)

【トレーナー歴】

- ・筑波大学アメリカンフットボール部 アスレティックトレーナー
- ・福岡大学女子サッカー部 アスレティックトレーナー
- ・騎手 パーソナルトレーニング
- ・プロゴルフ選手 パーソナルトレーニング
- ・高校サッカー ストレングス&コンディショニングトレーナー
- ・筑波大学、福岡大学内コンディショニングルームでの学生アスリート対応
- ・整形外科 非常勤アスレティックトレーナー



～相談内容～

多くの学生アスリートが日々感じているコンディション不良に対して、教員と学生が協力して一緒に要因を探り、問題解決していくことを目的とした事業です。

あくまで学生主体。学生自身が身体の問題と解決策を理解し、セルフコンディショニングでできるようになることを目標としています。

身体のコディションに関して自分だけでは状況を改善できず悩んでいる学生は、是非気軽に相談してください！

