平成28年度2月のサポート講義の予定

2月　18日（木曜日）　コンディショニングケアサポート

講師：　野原　淳（NPO法人ケアユナイテッド）

対象：　塾生全員　18:00～21:00

場所：　ドラワン塾

内容：　ケガや故障のケア方法を個別で処置や対処法をサポートいたします。

（ケガや故障がある塾生には、個々にその処置や対処法等のサポートを致します。）

簡単なエクササイズ指導など

※当日の野球の指導は通常どおり行います。
※こちらは特別予約がいりませんので、ご都合のつく塾生は、是非当日お越しください。

2月　25日（木曜日）　トレーニングサポート

講師：　森田　憲吾（NPO法人ケアユナイテッド）

対象：　小学生　19:00～20:00　　中学生　20:00～21:00

場所：　ドラワン塾

内容：　年代別にあったトレーニング指導を計画的に行います。

※こちらは特別予約がいりませんので、ご都合のつく塾生は、是非当日お越しください。
※申し訳ございませんが、トレーニングサポートの日は野球指導を行えません。
木　曜日に該当する塾生は、代替日について事務局よりご連絡致します。

ドラワン塾　ケアサポート　講師のご紹介★彡

ドラワン塾では、毎月、通常の野球指導とは別で特別講義を行っています！塾生の皆さんは、是非ご参加ください。
今回は、ケアサポート指導を行ってくださっている、ケアウィング曙の野原淳さんのご紹介を致します♫ヽ(*^Д^*)ノ

【　野原　淳さん　プロフィール　】

1982年5月24日生まれ。所属：飛翔会グループ・NPOケアユナイテッド・ケアウィング

【ご経歴】

・2005～　ケアウィング曙接骨院勤務

CARE WING 株式会社 ケアウイング
ケアウイング曙

◆住所：広島市東区曙5丁目3番31号LORDS・RIVER 2F・3F
◆ TEL ：082－568－6102
◆定休日：土・日曜日・祝祭日

塾生へのメッセージ

日頃、大好きな野球へ精一杯取り組んでいるみんなへ。練習中、練習時間外でも自分の身体に痛みや動かしにくさ、普段とは違う感覚がある時には、まず相談して下さい。放っておいてあとあと取り返しのつかない事になっては、楽しく野球が出来なくなってしまうかもしれません。
まずは自分の身体に興味を持とう！！

ドラワン塾でのケア・サポート★

各選手の訴える痛みついて、まずは患部の状態を入念にチェック致します。その後、患部と身体の繋がりをチェックし、自宅で出来る簡単エクササイズの指導を行っております。患部外のエクササイズとして、学校、自宅、どこでも出来る『椅子に上手に座る』ことは大原則として指導しております。日頃からどのように座っているかで、練習、試合でのパフォーマンスは大きく変わってしまいます。
　気になる人は是非、一度ケア・サポートへ！！