

大人が変われば子どもも変わる。大人が学べば子どもも学ぶ。

# アスリート サポートセミナー



佐賀県柔道協会は佐賀から未来に羽ばたくアスリートを支える保護者および関係者のスキルアップを目的としたセミナーを定期的 to 開催します。

## 講義内容

勉強も柔道も頑張り、  
文武両道をめざすアス  
リート育成術

自ら考え、工夫し、  
行動する自立（自律）  
型アスリートの育成術

コーチングを学び良好  
で円滑な親子関係をつ  
くる会話術

プレッシャーに負けず  
ワクワクとチャレンジ  
するメンタル強化術

栄養、食事、怪我予防、  
コンディショニングについて

ほかにも参加者から要望の多いテーマをもとにみんなで考えるワークショップを取り入れ、  
コーヒー片手に気軽に意見交換できるセミナーにしたいと思います。

参加の希望は事前に下記までご連絡ください。



## 活動概要

毎月第二木曜日

第3回

9月11日

木

19:00～20:30

第4回

10月9日

木

19:00～20:30

第5回

11月13日

木

19:00～20:30

第6回

12月11日

木

19:00～20:30

会場 | 佐賀北高校校内 会議室

## セミナー講師

寺戸 健

(てらと たけし) 58歳

- ・佐賀市在住
- ・柔道六段
- ・柔道指導歴35年

県内高校柔道監督  
としてこれまで赴



任したすべての高校でインターハイ団体出場を果たし、個人でもこれまで多くの選手がインターハイ、全国高校選手権大会等に出場し活躍した。2024地元佐賀開催の国民スポーツ大会では成年男子監督として県勢悲願の初優勝に貢献した。

佐賀県柔道協会強化委員長  
全柔連公認指導者Aライセンス  
佐賀県立佐賀北高等学校 所属

連絡先



090-7168-0864 (寺戸)



teratake0223@icloud.com

参加  
無料

佐賀県柔道協会 HP から  
チェック出来ます。