

**月経に伴う体調変化**に悩んでいませんか？  
**女性を指導する方**、対応に困っていませんか？

女性アスリート特有の健康問題へのコンディショニングの方法やその解決法を解説します。  
**男性の指導者の方も**ぜひご参加を!!

日時：6月14日 木曜日

時間：19時00分～（講義 1時間半を予定）

場所：神明いきいきプラザ

最寄り駅 浜松町駅（JR京浜東北線）

演題：「**女性アスリートのコンディショニング**」

国立スポーツ科学センター スポーツ科学部研究員

中村 真理子先生

主催：スポーツ本部 スポーツ育成/アンチ・ドーピング委員会

中村 真理子先生

2009年筑波大学大学院 博士課程 人間総合科学研究科を修了、同年国立スポーツ科学センター（JISS）契約研究員へ、2014年より現職へ。JISSでは女性オリンピック・パラリンピック選手への月経困難症などをサポートし、多くの女性アスリートのメダル獲得へ貢献される。



特定非営利活動法人日本ライフセービング協会

JAPAN LIFESAVING ASSOCIATION



お申し込みこちらから！