

共同通信社

## 第6回全国スポーツ懇話会

2014年12月19日(金)

共同通信社 14F会議室

演題

### 『アスリートに必要なトレーニングとは?』

～プロもアマチュアもやるべきことは変わらない～

講師プロフィール



講師

ウイダートレーニングラボ  
ヘッド・トレーナー

**牧野 講平 氏**

(まきの こうへい)

1979年9月23日生まれ。北海道出身。高校卒業後アメリカに留学。イースタン・ワシントン大学体育学部エクササイズサイエンス科にてフィジカルトレーニングを学ぶ。2004年に森永製菓株式会社と契約、同社によるトレーニング施設「ウイダートレーニングラボ」に所属。指導歴：浅田真央（フィギュアスケート）、有村智恵（ゴルフ）、石川雅規（プロ野球）、太田雄貴（フェンシング）、高梨沙羅（スキージャンプ）、土居美咲（テニス）、前田健太（プロ野球）、宮里美香（ゴルフ）など（五十音順）。著書：浅田真央 Power&Beauty（小学館）、ウイダー 体幹リンクトレーニング（学研）。11年より、ウイダートレーニングラボヘッドパフォーマンススペシャリスト就任。NSCA CSCS、NSCA Japan 認定検定員、JATI-ATI。日本コンディショニング協会理事。

後援：公益財団法人全国高等学校体育連盟・公益財団法人日本中学校体育連盟