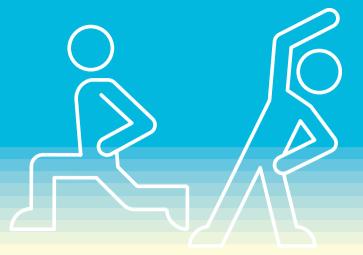


いろんなプロインストラクターによる トレーニングを体験しよう!



びわこ成蹊スポーツ大学監修

担当インストラクタープロフィール

今堀 裕子 氏
(いまぼり ゆうこ)

- ・日本エアロビック連盟 指導普及委員
- ・日本スポーツ協会 エアロビックコーチ4
- ・滋賀県エアロビック連盟常任理事



様々なダンス経験を経て17歳でエアロビクスに出会う。高校3年生にインストラクター資格を取得、19歳から競技を始める。西日本代表として10年全国大会出場。グループ部門では日本代表として世界大会出場。指導歴30年。現在は、楽しく体を動かすことの普及や、エアロビクスの指導・振付・コーチングを行う。

堀田 裕希 氏
(ほりた ゆうき)

- ・全米ストレングス&コンディショニング協会認定 ストレングス&コンディショニングスペシャリスト
- ・日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導者



指導歴

- 2011-2013 パナソニック株式会社 アメリカンフットボール部 S&Cコーチ
- 2011-現在 近畿大学ストレングスセンター S&Cディレクター
- 2013-2016 常翔学園高校ラグビー部S&Cコーチ
- 2016-現在 京都工学院(旧伏見工業)高校ラグビー部S&Cコーチ
- 2016-現在 同志社大学ボート部 S&Cコーチ
- 2021-現在 日吉ヶ丘高校相撲部 S&Cコーチ

長屋 綾 氏
(ながや あや)

- ・NPO法人BIWAKO SPORTS CLUB サブマネージャー
- ・ウエルハピネス 体操講師



2013年から「ウエルハピネス体操」に所属し、健康体操のインストラクターとして活動、地域での体操教室実施の他、自治体や幼稚園、高齢者サロンや子育てサロン等で健康な身体づくりのための講師を行なっている。

滋賀県大津市にある「Like パーソナルジム」に所属し、一般の方やアスリートのパーソナル指導や、高校や大学のチーム指導を行っています。

大津市北部を中心に活動するびわこスポーツクラブで、健康維持増進からトップアスリートを目指す選手まで多志向の会員に対応できるよう総合型地域スポーツクラブとして、旧志賀町を中心に活動しています。スポーツを通して「人が育ち」、BIWAKO SPORTS CLUBを拠点に「人と人が繋がり」、「豊かで元気な町づくり」に寄与できるよう努めています。

- ・NPO法人BIWAKO SPORTS CLUBクラブマネージャー
- ・ウエルハピネス体操講師

野仲 優雅 氏
(のなか ひろまさ)



- ・日本スポーツ協会公認 アスレティックトレーナー
- ・NSCA CSCS(認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト)
- ・鍼師・灸師
- ・臨床栄養医学指導士



江見 亮輔 氏
(えみ りょうすけ)

体力測定担当プロフィール

入谷 智子 氏
(いりたに ともこ)

所属:びわこ成蹊スポーツ大学
スポーツ学部 スポーツ学科 教授
最終学歴:奈良女子大学大学院 人間文化研究科
共生自然科学専攻 修了
生活環境学博士

看護師と保健師の勤務を経て、産業保健の分野で活動。労働者の健康と生活習慣の関連について研究活動を行っている。



渡邊 裕也 氏
(わたなべ ゆうや)

所属:びわこ成蹊スポーツ大学
スポーツ学部 健康・トレーニング学科 准教授
最終学歴:東京大学大学院 総合文化研究科
広域学専攻生命環境科学系
博士課程修了 博士(学術)

子どもから高齢者まで幅広い年代の人々の体力測定に取り組んでいる。また、だれでも手軽にできる筋力トレーニングの普及とその効果検証を行っている。

