

FTEX institute 九州支部

第 19 回 FTEX 九州支部ブラッシュアップ勉強会を沖縄県にて開催いたしましたので報告致します。

1.日時

令和元年 12 月 24 日 14 時～18 時

2.場所

South Wind (〒901-1103 沖縄県島尻郡南風原町字与那覇 180 番地)

3.講師

山本 淳史先生 (スポーツコンディショニングプロモーション・JIN)

4.内容

FTA4 級における技術復習

5.参加者

6 名

6.実施内容

第 18 回ブラッシュアップ勉強会で学んだ FTEX テストや評価から得られた問題点や情報に対して FTA を用いた対策を考える。



7.感想

第 18 回ブラッシュアップ勉強会で FTEX における動的アライメントのチェックや機能評価から得られた問題点や情報に対して FTA を用いて動作の変化や機能改善を図れるか実技を中心に勉強会を行った。FTA4 級講習会・検定会で学んだテープの 1 本 1 本の意味を考えながら選択したテープを貼付し変化や改善が見られるか確認した。How To ではなく対象者の状況に応じた FTA の選択が求められることを再確認できた。今後も沖縄県の会員で定期的に集まり知識の向上やテープ技術の維持、向上を目指していきたい。