

# BIGBEAR TECHNIQUE PRACTICE SPECIAL(下肢)

## 足関節のテーピングと固定 傷害メカニズムから見るテーピング 足関節傷害のエクササイズ



傷害のメカニズムを理解したテーピングテクニックです。  
テーピングテクニックの種類よりも、確実に効果的なテクニックを  
覚えることが重要です  
テーピングが上手くいかない原因は個々により様々です。  
足の形状や太さなどによっても巻く角度が違います。  
巻く強さ方向性も重要なポイントです。  
個々の問題を一つ一つ解決して、上達へと導く為、  
徹底した練習と理解を共有していきたいと思えます。  
個々の問題によって指導いたしますので、経験レベル等は関係ありません

参加者の方々には評価と様々な素材を用いた傷害の処置方法を  
学んで頂き、練習する内容となっております。

講師

大隈重信

・アメフト ⇒ 1998-2018 / 日本代表チームヘッドトレーナー  
社会人・大学アメフトトレーナー

・サッカー ⇒ Jリーグ 大宮アルディージャ

・その他 ⇒ ラグビー / 大学・高校サッカー / バasketボール /  
空手 / ラクロス / 野球 / 競輪 / 車いす競技 / その他

・BIGBEAR 代表取締役 / コンディショニングアドバイザー



## スケジュール

開催日: 2020年4月19日(日)

スケジュール	内容
10:00~10:30	受付
10:00~12:30	<u>テーピング/その他</u> 前距腓靭帯損傷・脛腓靭帯・距骨前方の骨棘・距骨後方のインピンジ
12:30~13:30	昼食(各自)
13:30~16:30	足関節固定(速硬性キャスト/ダンボール) 三角靭帯・足底筋膜炎 足関節傷害に合わせたテーピング
16:30	終了予定



株式会社 BIGBEAR  
東京都八王子市横山町22-1  
FTビル7階

JR八王子駅より徒歩5分  
京王八王子駅より徒歩8分

## 参加費

一般: 14,300円(税込)  
学生: 11,000円(税込)

弊社HPのお申し込みフォームより受け付けております。  
『BIGBEAR HP (URL下記参照)』→『セミナー』→『SUNDAY CLINIC』  
『申し込みフォーム』よりお申し込み頂けます。

(定員になり次第締め切らせて頂きます。予めご了承ください。)

株式会社BIGBEAR

TEL: 042-643-1125

BIGBEAR HP: <http://www.bigbear.co.jp>

**\*実技で使用するテープ・固定具の使用物品は  
全て参加費に含まれております。**