

2021 BIGBEAR TECHNIQUE

PRACTICE SPECIAL

(膝・大腿部・下腿)

膝・大腿部・下腿傷害のテーピングと固定 ACL損傷から復帰に至るエクササイズ

個々の問題を解決し、テクニックの上達を目標としています。



講習予定内容(変更になることもあります)

膝関節 :MCL/半月板/ACL 評価と処置・テーピング/屈曲制限/伸展制限/安定
ジャンパーズニーテーピング/MPFLテーピング

大腿部 :打撲(急性)/打撲(亜急性)

ハムストリング:ハム筋損傷サポートテーピング/圧迫テーピング

靭足炎 :サポートテーピング

下腿 :シンスプリント/アキレス腱炎/下腿筋群サポート

ACL損傷:復帰プログラムとエクササイズの流れ

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 ⇒ 1998-2015 / 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 / バスケットボール / 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	内 容
10:00～10:30	受付
10:30～12:30	<ul style="list-style-type: none"> 膝関節傷害の画像による確認 各種傷害評価 ACL損傷:復帰プログラムとエクササイズの流れ 膝関節テーピング:MCL/MM/ACL
12:30～13:30	昼食(各自)
13:30～16:30	<ul style="list-style-type: none"> 膝関節:テーピング/屈曲制限/伸展制限/安定 ジャンパーズニーテーピング/MPFLテーピング 大腿部:打撲(急性)/打撲[亜急性] ハムストリング:ハム筋損傷サポートテーピング/圧迫テーピング 鷲足炎:サポートテーピング 下腿:シンスプリント/アキレス腱炎/下腿筋群サポート その他エクササイズ:立位テスト/脚筋力/下腿筋群 <p>※進行の状態により全ての項目が出来ないこともあります。</p>
16:30	終了予定

場所

BIGBEAR



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)

*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。

※スケジュールは変更になる場合がございます。

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』→『テクニックプラクティス スペシャル』

『**申込みフォーム**』よりお申込み頂けます。

(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>