

# 野球選手が求めるコンディショニング

講師: 瞬トレヘルスデザイン  
代表 元脇周也 先生  
(理学療法士、アスリート専門セラピスト)

内容: ①野球におけるコンディショニングの重要性  
②野球選手に必要な身体機能(投球動作を中心に)  
③実践的なコンディショニング  
④熱中症対策

日時: R7年5月27日(火)、19:00-20:30

場所: オンライン ZOOM ウェビナー(URLは開始前日までにご案内致します)

対象・参加費: 鳥取県理学療法士会 会員

理学療法士養成校の学生 (無料)

他県士会会員(3000円)

- ご連絡先メールアドレスは、PCからのメールを受信できるアドレスをご指定下さい。キャリアメール(携帯電話会社のメールアドレス)はご遠慮頂きますようお願い致します。
- 実技用の畳一畳分のスペース(ヨガマットなどがあれば)をご準備ください

## 【申し込み方法】

日本理学療法士協会HPの講習会・研修会情報にセミナー番号「141960」を入力し、受講申し込みをしてください。**締め切り5月24日(土)**

## 【学生の皆様へ】

学生の皆様は以下のURLもしくはQRコードを読み取ってご登録ください。  
<https://forms.gle/wRhVQNEJ2Y5beJYq6>



主催: 鳥取県理学療法士会スポーツ支援部

# 元脇周也 先生



## 【ご略歴】

2000 年 川崎医療福祉大学 卒業  
2000 年 理学療法士免許取得

医療法人純幸会(現、社会医療法人純幸会) 入職

2020 年 同 退職

野球選手専門セラピストとして整体院 Beyond the frame を開院

2024 年 栄養・睡眠・腸活・ファスティングを中心とした独自のメソッド  
“瞬トレ”を開発し、屋号を“瞬トレヘルスデザイン”に変更 現在に至る

## 【資格】

- 理学療法士(2000 年)
- Expert Fasting Meister(2020 年)
- 栄養睡眠カウンセラー(2023 年)
- 腸内環境アドバイザー(2023 年)

## 【活動実績】

- アスリートケア会員(2000 年～)、同理事(2011 年～ 2020 年)
- 甲子園大会健康支援(2000 年～)
- プロ野球チームの検診(2011 ～ 2021 年)
- U18 野球日本代表チーム帯同トレーナー(2005 , 2008 , 2019)
- 履正社スポーツ専門学校非常勤講師(2021 年～)
- 野球チーム専属トレーナー(4 チーム)
- LA ドジャースヘッドトレーナーと共に講習会講師
- 理学療法士対象の講習会講師 多数
- 岡山県中体連(軟式野球)指導者講習会講師
- トップアスリートへの栄養睡眠指導  
(プロ・社会人野球、J リーガー、空手、トライアスロン、ホッケーなど)