



ランニングクリニック 2016

ロンドンパラリンピック金メダリストと一緒に走ろう！

多くの下肢切断者の方に、スポーツを体験し、走る喜びを感じる機会を持っていただけるように、「ランニングクリニック 2016」を開催します。

開催日 : 2016年11月11日(金曜日)～11月13日(日曜日)

開催場所: 明海大学浦安キャンパス・陸上競技場(千葉県浦安市) [www.meikai.ac.jp]

指導者 : ハインリッヒ ポポフ 選手(ロンドンパラリンピック 100メートル: クラス T42 金メダリスト、オットーボックアンバサダー)

山本 篤 選手(北京パラリンピック 走幅跳: クラス T42/44 銀メダリスト、2015年世界選手権 走幅跳: クラス T42 金メダリスト)

主催 : オットーボック・ジャパン株式会社

協賛 : 一般社団法人 日本パラ陸上競技連盟

協力団体: 明海大学

後援団体: ドイツ連邦共和国大使館 / 在日ドイツ商工会議所 / ポルシェ ジャパン株式会社

スポーツ・フォー・トゥモロー認定事業



参加資格

- ・ 下肢切断者（参加定員 10 名）
- ・ 大腿切断者の場合：スポーツ用義足 3S80（膝継手）と スプリンターまたはランナー（足部）が装着できる方
- ・ 下腿切断者の場合：ランナー（足部）が装着できる方（大人用の場合は約 33cm、小児用の場合は約 22cm のクリアランスが必要となります。）
- ・ 3 日間クリニックに参加できる方
- ・ クリニック中に撮影したビデオ、写真の使用を承認していただける方
- ・ 宿泊費・交通費は実費
[宿泊場所についてはオットーボック・ジャパンにご相談ください。]



スケジュール

1 日目：11 月 11 日（金）室内 / 体育館

目標の設定、スポーツ用義足の装着と調整、最初の一步

- 1) オリエンテーション（講師の話 / クリニックの目的 / 自己紹介）
- 2) 個人目標の設定
- 3) 参加者のソケットの状態、健康状態、切断原因と使用義足に関する確認
- 4) 義足の装着と調整



2 日目：11 月 12 日（土）体育館 / 陸上競技場

ランニングクリニック（基礎トレーニング、スポーツ用義足の使い方など）

- 1) 基礎トレーニング
- 2) 楽しみながら義足になれる（バスケット、サッカーなど）
- 3) ランニングの基礎（姿勢、義足の動かし方の修正）
- 4) ランニング

3 日目：11 月 13 日（日）陸上競技場

ランニングトレーニングとまとめ

- 1) 本格的なランニングトレーニング
- 2) 3 日間のまとめ、質疑応答
- 3) 修了式



お申込みについて（申込期間：7月1日～8月12日）

右の QR コード、またはオットーボック・ジャパン公式ウェブサイト (www.ottobock.co.jp) の「ランニングクリニック 2016」ページから申込フォームでお申込みいただくか、弊社メールアドレス (ottobock@ottobock.co.jp)、または FAX (03-3798-2112) にてお申込み方法につき、お問合せください。



- ・ 申込数が参加定員を超えた場合は、選考となります。
- ・ 選考となった場合には、今回初めて参加する方を優先させていただきます。

お申込結果につきましては、追ってオットーボック・ジャパンからご連絡させていただきます。

主催

オットーボック・ジャパン株式会社 www.ottobock.co.jp

〒108-0023 東京都港区芝浦 4-4-44 横河ビル 8F TEL:03-3798-2111 (代表) FAX:03-3798-2112