



サッカーファミリーの皆様

平成 25 年 1 月 吉日

一般社団法人 神戸市サッカー協会  
会長 益子和久

### 第 3 回神戸市サッカー協会医科学講習会について（案内）

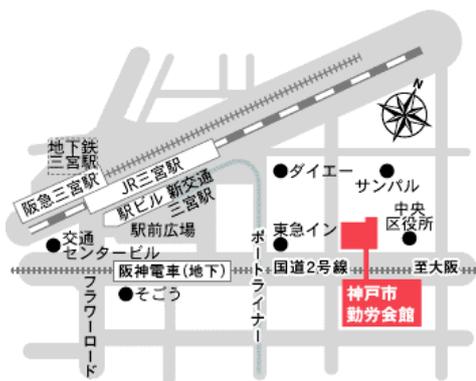
今回は、FIFA（国際サッカー連盟）が推奨する「The11+（以下、イレブンプラス）」を紹介します。

イレブンプラスは、14歳以上の男女のサッカープレーヤーを対象とした、傷害発生予防のためにウォーミングアッププログラム（約20分）で、イレブンプラスを週2回以上行ったチームは、傷害発生が30～50%減少するという結果が出ています。

まずはじめに、男子サッカー日本代表（ザックジャパン）チームドクターの柳田博美先生に障害予防のためのイレブンプラスの必要性について講演していただき、The11+ FIFA 障害予防プログラムインストラクターの新井東眞先生にイレブンプラスを実際に行う時のポイントや注意点について実技を交えて紹介していただきます。

皆様お誘い合わせの上、ぜひご出席くださいますよう、よろしくお願いたします。

1. 主 催：一般社団法人 神戸市サッカー協会
2. 後 援：神戸市教育委員会、公益財団法人神戸市スポーツ教育協会、  
NPO法人神戸アスリートタウンクラブ
3. 日 時：平成25年2月2日（土）17時30分から19時40分
4. 場 所：神戸市勤労会館 7F大ホール  
神戸市中央区雲井通5丁目1-2 078-232-1881



5. 参加費：無料（定員500名）
6. 申込方法：事前申込は不要です。直接会場へお越し下さい。

イレブンプラスの小冊子、ポスター、動画については、日本サッカー協会HP内のメディアコーナー（<http://www.jfa.or.jp/jfa/medical/>）からダウンロードすることができます。

前もって手に入れておいていただくと、講演内容がよりわかりやすくなります。

\* 問い合わせ先：川崎病院整形外科 戸祭正喜 078-511-3131