公益財団法人日本バレーボール協会公認バレーボールコーチ1資格取得講習会レポート課題

レポート課題　「バレーボールの医学と栄養」　【2時間以上】

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 受講番号 | 大学名 | 氏名 |
|  |  |  |

コーチングバレーボール「第4章 バレーボールの医学と栄養」を読み、障害の発生とその予防ならびに必要な栄養について、「コンディショニング、休養（リカバリー）、応急処置（RICE）、予防エクササイズ、栄養補給、水分補給」のキーワードをいくつかピックアップし、**2000字以上**でまとめること。3月1日受付時に印刷物を提出してください。