

# 青トレ コンディショニング



講師：原晋

地球社会共生学部教授  
陸上競技部長距離ブロック監督  
ワールド・ビジョンチャリティアンバサダー

2015年青学史上初の箱根駅伝総合優勝に輝き、2018年まで4連覇を達成。  
ビジネスの経験を生かした「チームづくり」「選手の育成」で陸上界の常識を破り、  
快進撃を続ける。主な著書に、『フツ—の会社員だった僕が、青山学院大学を  
箱根駅伝優勝に導いた47の言葉』（アスコム刊）などがある。

## 原晋監督によるトークと 青トレ指導を行います！！



“青トレコンディショニング”とは？

陸上競技部原晋監督が指導する『青トレ』と青学アスリートが実践する  
コンディショニングを融合した“青学オリジナル”メソッド！

講師：萩原 聖人  
陸上部トレーナー



開催日

11月9日(土) 午前9時00分～午前11時00分 (8時15分受付開始)

場所

青山学院大学相模原キャンパス A棟アリーナ  
(淵野辺駅徒歩10分) ※公共交通機関でお越し下さい

対象

小学4年生以上 (定員120名)

参加費

1,000円 (当日現金払い)

お申込  
お問合せ

AOYAMA VISIONスポーツキャリアプログラム事務局

Mail : a.agufc@gmail.com

Tel : 03-3409-6017

※詳細、お申込みはQRコードから

