

女性アスリートの指導者向けお悩み相談会

女性アスリートのコンディショニング（栄養・食事管理・トレーニング・休息・月経管理）や、コミュニケーションなどに悩んでいませんか？日ごろ抱えている悩みや疑問などを共有し解決の糸口をお手伝いができるよう相談会を開催します。

テーマ： 女性アスリート指導のポイントとコミュニケーション

開催日程： 2025年4月11日（金）20:00-21:00

開催方法： Zoom（オンライン）

定員： 10名

参加費： 無料

対象： 女子カテゴリーの選手の保護者・コーチ・マネージャーなど関係者

申込締め切り： 4月9日（火）

アドバイザー： 沼部早紀子さん
（一般社団法人日本パラサイクリング連盟 ナショナルヘッドコーチ）

お申し込み方法

以下のリンクまたはQRコードよりお申込みください。後日 Zoom のリンクをお送りいたします。

[申込リンク](#)



ご質問やご不明な点がございましたら、以下の連絡先までお問い合わせください。

お問い合わせ先・主催：

大阪府自転車競技連盟 女性スポーツ委員会

メールアドレス：[リンク](#)

女性アスリート向けコンディショニング講座

これから本格的な自転車シーズンが始まります。目標とする大会に向けて、無理なくコンディションを整えられるヒントになるように、特に女性の体や周期に合わせたコンディション管理の方法や対策、月経痛があるときのトレーニングなどについてお話します。

テーマ： 目標大会に向けたコンディショニング

開催日程： 2025年4月17（木）20:00-21:00

開催方法： Zoom（オンライン）

定員： 10名

参加費： 無料

対象： 女子カテゴリーの選手のみ

申込締め切り： 4月15日（火）

アドバイザー： 沼部早紀子さん

（一般社団法人日本パラサイクリング連盟 ナショナルヘッドコーチ）

お申し込み方法

以下のリンクまたはQRコードよりお申込みください。後日 Zoom のリンクをお送りいたします。

[申込リンク（Google フォーム）](#)



ご質問やご不明な点がございましたら、以下の連絡先までお問い合わせください。

主催・お問い合わせ先：大阪府自転車競技連盟 女性スポーツ委員会（遠矢）

メールアドレス：[リンク](#)