

筋肉で繋がろうパラパワーリフティング研修会&体験会 大阪版 開催要項
～令和8年度(公財)日本パラスポーツ協会委託事業「地域におけるパラスポーツ振興事業」～

開催目的	・「筋肉」を合言葉に様々な団体が繋がり共に地域で歩いていける関係性の構築を図る。 ・パラスポーツ、パラパワーリフティングの魅力を地域に向けて発信する。 ・研修会&体験会を通して、パラパワーリフティングに関わってくれる選手、コーチ、審判候補者の発掘や育成。
参加対象	・健常者パワーリフター、トレーニング愛好者、興味のある方。 パラスポーツ指導員有資格者、他競技選手や役員
日 時	令和8年9月13日(日) 9時30分～ 開場・参加者受付 10時00分～ パラパワーリフティング研修会 パラスポーツ、パラパワーリフティングとは パラパワーリフティングの魅力、トレーニング方法(VBT トレーニング) ストラップの有効な巻き方、トレーニングプログラムについて 10時30分～ パラパワーリフティング体験会&トレーニング相談会 パラパワーリフティングの練習方法の体験 他競技選手からのトレーニング相談会 一般の方を対象とした体験会 既存施設の有効活用方法について 12時30分～ ディスカッション 13時00分 終了予定。
会 場	大阪市長居障害者スポーツセンター 〒546-0034 大阪市東住吉区長居公園 1-32
主 催	特定非営利活動法人 日本パラパワーリフティング連盟
協 力	大阪市長居障害者スポーツセンター 社会福祉法人 大阪市障害者福祉・スポーツ協会 大阪障害者スポーツ指導者協議会(予定)
後援	大阪市
参加費	無料
申込方法	申込フォームによる申し込み。 Google Forms を利用した WEB 申込を実施。下記 QR コードよりお申し込みください。



申込〆切 令和8年 9月6日（日）17時まで
お問合せ 日本パラパワーリフティング連盟 担当:岡本 power.okamo@gmail.com