

ふれデミックカフェ @KRP



with立命館大学

第15回 「筋力と筋量の増加に効果的な トレーニングの方法」

●イベント概要●

「ふれデミックカフェ」は、研究者をお招きし、研究内容について観客参加型でディスカッションを行うサイエンスカフェ形式のイベントです。「ふれデミックカフェ」には、人とのふれあいや繋がりをきっかけにイノベーションが生まれる場になるようにという思いを込めています。大学との共同研究に関心のある方、事業化を目指す最新研究事例に触れたい方、事業化に向けた研究について意見交換をすることに興味のある方は是非ご参加ください。

2021年12月10日（月）16:30～17:30

会場：①京都リサーチパーク
「イノベーションルーム」
②オンライン（ZOOM）

※①会場参加か②オンライン参加かをお選びいただけます。

対象：ウェルネス・モノづくり領域の
企業や研究者の方々

参加費：無料

定員：①会場参加：5名
②オンライン参加：20名

●タイムスケジュール

16:30～17:00 前大先生のライトニングトーク

17:00～17:30 ディスカッション

●先生からのコメント

筋力や筋量の増加を目的としたトレーニングは、アスリートだけではなく、老若男女を問わず多くの人に行われています。その効果を高めるために、これまでに多くの研究が行われ、強度（負荷重量）や反復回数、週あたりの頻度など、基本となるガイドラインが作成されてきました。今回のふれデミックカフェでは、そのようなガイドラインに加え、運動時の筋の活動様式やエクササイズ種目の違いに着目した最新知見を紹介すると同時に、それに基づいたトレーニング方法の提案や機器の開発などについて、皆様と議論できればと考えています。

■お問い合わせ

主催：京都リサーチパーク株式会社 イノベーションデザイン部（倉地、河端）

〒600-8813 京都市下京区中堂寺南町134 TEL: 075-315-8491 MAIL: krp-id@krp.co.jp

■協力：立命館大学

イベント
申込は
コチラ



第15回 2021年12月10日（金）16:30～17:30

前大 純朗 助教 (立命館大学 スポーツ健康科学部 スポーツ健康学科)

略歴：

沖縄県出身

2005～2014年：国立大学法人 鹿屋体育大学 [学士・修士・博士（体育学）]

2013～2018年：日本学術振興会特別研究員DC2・PD（鹿屋体育大学・早稲田大学）

2018～2021年：立命館大学スポーツ健康科学部 専門研究員

2021年～現在：立命館大学スポーツ健康科学部 助教

主な受賞歴：第29回日本トレーニング科学会 大賞、NSCAジャパンS&Cカンファレンス2019 最優秀口頭発表賞



●サイエンスカフェとは

サイエンスカフェとは、1997年から1998年にかけて、イギリスとフランスで同時発生的に行われたのが起源とされる、カフェのような雰囲気の中で科学を語り合う場です。

特徴としては、話題提供者と参加者、参加者同士の双方向のコミュニケーションをとることに重きを置いて いることが挙げられます。

また最近では、サイエンスカフェはオープンイノベーションの側面でも語られるようになってきました。楽しく語りながら新しい知識や技術を取り入れることで、イノベーションを加速させるきっかけになることが期待されています。

●KRP OPEN INNOVATION CLUBとは

「KRP OPEN INNOVATION CLUB」は、2019年5月にKRP(株)が創設した、異業種との出会い、連携によって、新しいビジネスを生み出す法人向け有償会員制度です。

“新しいビジネスをつくる”目的で集まった正会員に対し、若手起業家や学生、国内外のスタートアップ企業等、さまざまな方との出会いを提供しています。

「ふれデミックカフェ@KRP with立命館大学」は、本会員制度のアカデミア会員である立命館大学の協力を得て、KRP(株)が主催するイベントです。

●会場ご案内

①京都リサーチパーク「イノベーションルーム」 京都市下京区中堂寺南町134 KISTIC 2階

※当日はマスク着用の上、こまめな手洗い・手指消毒にご協力くださいますようお願いいたします。

②オンライン (ZOOM)

※お申込みいただいた方には、別途zoomミーティングのURLをご送付いたします。

