

トレーニングサポート



曾我 利明（そが としあき）

1989年生まれ。NSCA認定CSCS、CPT。アスリートに対する指導では、スポーツパフォーマンスの力学的特性に基づいたプロセスを理解することによりレジスタンストレーニングを行うことで、アスリートに対し無駄な時間や労力をかけさせないよう指導を行う。現在は早稲田大学大学院で研究活動に従事する一方、日本体育大学バトミントン部、ゴルフ部のトレーニング指導などの実務経験も有する。