

	項目	研究課題
コーチング	考え、分析できるアスリートになる	行動変容
体調管理	体調管理方法	概要
	コンディション評価法	疲労・免疫機能
		脱水
		睡眠、生活リズム
		筋コンディション
		身体組成
		フィットネス
		機能的動作
	万全の状態を臨むために	栄養・食事
		体づくりや体調管理のための食事
内科系疾患の予防（熱中症、アチ・ドーピング含む）		
怪我・故障の予防		
時差対策、長距離移動対策など		
メンタル	メンタルトレーニング、心構えなど	メンタルトレーニング法
トレーニング	実践的なトレーニング方法	トレーニング方法
	トレーニング・競技の環境	低酸素環境、高地環境、暑熱環境など
	スキルアップのコツ	脳神経機能
リカバリー	栄養補給	トレーニング後や試合間などの栄養補給
	減量	適切な減量方法や計量後のリカバリー
	睡眠	リカバリーに効果的な睡眠方法
	物理療法	マッサージ、鍼灸、寒冷療法、温熱療法など
	水治療法	冷水浴、交代浴、入浴法など
ジュニアアスリート	トップアスリートへの道筋	パスウェイ
	ジュニア期のトレーニング	トレーニング方法（スポーツ障害予防含む）
	ジュニア期の食事	体づくりのための食事（障害予防の観点も含む）
女性アスリート	女性アスリートが抱える諸問題	身体的特徴（月経異常と骨の健康も含む）
	女性アスリートのコンディショニング	体調管理、女性ホルモンバランス
	女性アスリートの食事	体調管理や障害予防のための食事
パラアスリート	トップアスリートへの道筋	パスウェイ
	パラアスリートのコンディショニング	身体的特徴、体調管理
	パラアスリートのトレーニング	パラアスリート向けのトレーニング