

未来のアスリート発掘事業 活動報告 vol.16 17期生

第16回育成プログラム



日時 令和5年3月11日(土)
15時00分～17時30分

場所 富山県総合体育センター 大アリーナ

【身体能力育成プログラム】

講師

(公財)富山県体育協会
上席専門員

山地 延佳 先生

(やまち のぶよし)



コンディショニング⑥

- 6回目のコンディショニングのテーマは“実践的なステップ・ストップ動作及び方向転換”でした。
- 4種類のステップドリル「オープンステップ」「クロスオーバーステップ」「ドロップ」「ピポット」のトレーニングを行いました。
- 山地先生からは、怪我を防ぐために動き出しやストップの際に「つま先、膝、肩」が同じ方向を向くように指示がありました。
- アスリートたちは、普段、何気なく動きだしたり、止まったり、方向を変えたりしていたようですが、今回の講義で正しく効率的な動きについて学ぶことができました。ぜひ、自分の競技に活かしてレベルアップしてください!!



【スポーツ講演会】

「富山から世界へ

～アスリートとして大切なこと～」

■講師

園田 啓悟

(そのだ けいご)

トナミ運輸株式会社

バドミントン部所属



■講師プロフィール

- ・ 熊本県八代市出身
- ・ 八代市立植柳小学校ー八代市立第三中学校ー熊本県立八代東高等学校ーくまもと八代 YKKAPートナミ運輸バドミントン部
- ・ 2018 世界バドミントン選手権準優勝
- ・ 2021 全英オープンダブルス準優勝
- ・ 東京 2020 オリンピックバドミントン競技男子ダブルス 第 5 位 (準々決勝進出)

スポーツ講演会

東京2020オリンピックバドミントン競技男子ダブルスにソノカムペア（嘉村健士選手とのペア）として出場した、園田啓悟選手を講師にお招きし、土田由香里フリーアナウンサー進行のもとお話を伺いました。

講演では、競技と出会ったきっかけや、オリンピックを意識したタイミング、競技に取り組むにあたって大切にしていることなど、貴重なお話をたくさん伺うことができました。

未来のアスリート生の皆さん、園田選手からのメッセージ「目標を持ち、今の時期を大切にしながら勝ちたい気持ちをもって毎日練習してほしい」の言葉を心に刻み、全国・世界の檜舞台に向かって頑張りましょう！！



