

**令和7年度TOYAMA アスリートマルチサポート事業
第2回体力測定会・集合講習会を開催しました！
11月2日（日）13:00～16:00**

TOYAMA アスリートマルチサポート事業では、様々な医・科学分野の先生方 による、集合講習を開催しています。第2回目は選手の体力測定会と指導者・保護者対象のメンタル講習会を富山県総合体育センターにて行いました。

測定会には 10 月に行われた国民スポーツ大会に富山県代表として出場した選手の参加もあり、現在の富山県代表レベルの測定数値を確認することが出来ました。今後のジュニア選手の指標になるように、富山県の医・科学サポートの拠点として測定数値を活かしていきたいと思います。

指導者・保護者対象の集合講習会はスポーツメンタル講師の高橋氏から、さまざまなシチュエーションをどのように乗り越えていくかを自分で考え良い方向に整理していくことについて学びました。受講者からは、「自分についてよく知る事が出来た」「ポジティブになれるようにする方法が分かりました」、「変えるのは周りではなく、自分である事が分かった」「これからが楽しみになった」等の明るい声が聞けました。

～今後の集合講習会の予定～

- 11/22 指導者対象集合講習会（栄養&メンタルについて）
選手対象トレーニング集合講習会（体力測定会）@西部体育センター
- 12/21 指導者・保護者対象集合講習会（栄養&コンディショニングについて）
選手対象トレーニング集合講習会（体力測定）@総合体育センター
- 12/21 選手対象集合講習会（トレーニング）@総合体育センター
- 1/24 選手・保護者・指導者対象 集合講習会
（コンディショニング・リカバリーについて）@富山県高岡総合プール

