

ドリーム通信

2016年
1月18日発行
第75号
山形県スポーツalent
発掘事業実行委員会

2016年はアスリートキャンプからスタート!



◆1月9日(土)~11日(月) U-15 アスリートキャンプ(2泊3日)◆

キャンプテーマ:「競い合いに備える」 参加者:3・4期生34名

講義 & 保護者プログラム…演題:「自信と不安を受け入れて、行動できる選手へ」

講師:井村久美子氏(県出身オリンピック 女子走幅跳日本記録保持者 IMURA Athlete Academy 所属)

基礎的運動能力向上プログラム…内容:「跳躍・調整力」

講師:井村久美子氏(県出身オリンピック 女子走幅跳日本記録保持者 IMURA Athlete Academy 所属)

内容:「スプリント&ストレングス」

講師:筒井健裕氏(SPRINT 代表 Running Club Hercules 主宰 NSCA 認定パーソナルトレーナー)

内容:「スマートボディコントロールと球技に必要な空間認知・巧緻性トレーニング」

講師:齊藤邦秀氏(WELLNESS SPORTS 代表 NESTA 日本支部副代表 山形県出身)

知的能力向上プログラム…内容:「競い合いに備える」

講師:栗木一博氏(仙台大学教授) & 藤本晋也先生(仙台大学講師)

栄養 & 保護者プログラム…内容:「コンディショニングとアスリートに必要な栄養摂取」

講師:平良拓也氏(仙台大学助教)

本県出身のオリンピックで女子走幅跳日本記録保持者でもある井村久美子さん(旧姓池田)の講演で2016年は幕を開けました。講演では、不器用だからこそ考えることや楽しむために自分と向き合うことの大切さを、運動プログラムでは、すべての動作を支える体幹と姿勢の大切さを自らの身体で伝えていただきました。加えて、筒井トレーナーには全力を出し切ること、齊藤トレーナーからは、体のバランスを整え、上手に体幹を使えるようにするトレーニングなど成長するためのヒントをいただきました。保護者とともに栄養バランスや朝型夜型などを確認した栄養プログラムでも今まで気づかなかった自分に出会えたようでした。毎日の積み重ねが大切な備えとなり自分自身に備わる能力となる。この冬期間に心も体も十分に鍛えて春、夏の本番へ挑戦してほしいと思います。

JOC 地域タレント研修会に6名が参加!

昨年12月にJOC 地域タレント研修会に3期生の加藤清桜&長澤樹&松本愛未、5期生の荒木日成&五十嵐羽琉&後藤直翔が参加してきました。日本を代表する選手や次世代のアスリートたちが集うナショナルトレーニングセンターはキッズにとっては大きく見えたようです。さらに福岡や和歌山、京都など全国各地で同じように世界を目指す仲間との交流を通し、存分に山形をアピールしてきたようでした。

<今後の事業予定>

- ・2/6(土)~7(日) 東北TID測定会【山形市総合スポーツセンター】
- ・2/11(木) 修了証授与式・認定証交付式【山形ビッグウイング】
- ・2/20(土)~21(日) 第6回キッズキャンプ&U12競技団体トライアウト【山形市総合スポーツセンター】

一問い合わせ先-

山形県スポーツalent発掘事業実行委員会事務局 990-2412 山形市松山二丁目11番30号
TEL:023-615-6415 FAX:023-615-7933 ホームページ www:http://y-dreamkids.jp/



FUTURE
IS
YOURS!