

冬季スポーツジュニアアスリート育成事業（体協）

陸上強化合宿女子 in 小樽

◎日程：2018年9月18日（火）～9月20日（木） 2泊3日

◎担当コーチ：押切敬司、滝下靖之、栗栖成美 計3名

◎参加人数：高校生10名、中学生10名 計20名

◎感想

初日と最終日には飯島トレーナーに来ていただき、スキーを意識した体の使い方、TR方法、TRに取り組むための意識改革等選手にとっては新しい発見があった合宿になったように感じる。

中高合同で合宿を行うことで、中学生は高校生に食らいつき、高校生は中学生に負られないという気持ちでやり切るなど、お互い刺激的なため今後も継続していく方向が良いと考える。

女子はTRに対して気持ちで負けてしまう傾向があるため、普段から精神的強化も意識したTRをユース期から取り組むことが必要だと感じた。

◎課題

- ・北海道の強化指定選手という自覚をもって何事にも取り組む必要がある
- ・北海道スキー連盟は世界を目指す団体であるという意識付け



選手に対して各地域コーチからの日々の声かけなど



以上