

令和5年度北海道タレントアスリート発掘・育成事業  
【第2回カーリング競技地域別合宿（帯広） 実施報告】

- 期 日：令和5年6月11日（日）
- 場 所：帯広畜産大学体育館・帯広の森コミュニティーセンター
- 内 容：基礎トレーニング・講義・フィジカルトレーニング
- 所 見：

選考会における筆記テストの結果に課題があったため、再テストを実施。事前にテストのフィードバックを兼ねた講義を実施しているが再テストでも一部理解度が低いTID生がいたためフォローアッププログラムとして個別対応で復習講義を行う。フィジカルトレーニングでは、選考会で課題となったスプリント能力を向上させるためのプログラムを実施、選考会後から地域プログラムでもスプリントのトレーニングを取り入れているため、選考会時よりも動きは良くなっていた。スクワットなどの基礎フォームが安定してきているため、応用的な動きを取り入れたプログラムを実施した。縄跳びでも2重跳びの回数が増えるなど、コーディネーション能力も向上している。

