

令和4年度北海道タレントアスリート発掘・育成事業

【第4回カーリング競技別集合プログラム 実施報告】

- 期 日：令和4年10月15日（土）～10月16日（日）
- 場 所：札幌市内
- 内 容：講義、実習、フィジカルトレーニング、技術トレーニング、練習試合 ほか
- 所 見：

継続生、新規生合同での集合プログラムを開催。年齢差や技術差があるため、15日はプログラムを分けレベルに合わせ必要なプログラムを提供した。継続生は昨年度コロナ渦で試合経験数が減ったため、氷上では同世代との練習試合を実施、フィジカルトレーニングではウエイトトレーニングを行った。新規生の氷上トレーニングはオリンピックである佐藤浩氏にコーチを依頼し基礎フォームの習得を目的としたトレーニングを実施、フィジカルトレーニングでは日々のトレーニングの進捗状況を確認し自重でのトレーニングプログラムを提供した。16日はアスリートの体調管理の講義および、栄養の講義・実習をおこなった。

新規生は育成プログラム開始から1ヶ月がたち練習のペースがつかめてきている様子でフィジカル面も9月の合宿と比較し動けるようになってきている。継続生は試合期に入ったため、これまでの育成プログラムが試合結果に結びつくよう、技術コーチ、フィジカルコーチ等関係者が連携し試合期のプログラムを提供してゆく。

