

愛媛陸上競技協会
コアリーダースキルアップ講習会実施要項・申込書

日 時 令和 7 年 8 月 31 日（日）9:30～16:30(途中、昼休憩含む)
(受付:競技場中央入口付近 9:15～)

場 所 丸山公園陸上競技場（ガイヤスタジアム）

講 師 ・高野 大樹（慶應義塾大学）

1989 年生まれ、埼玉大学院修了。大学院終了後は埼玉県内の高校教員となったが、2018 年に退職してプロコーチに。現在は慶應義塾大学ヘッドコーチ、男子 100m の山縣亮太、男子 400mH の豊田兼、100mH の寺田明日香らトップアスリートの指導に携わる。

・山本 真帆（慶應義塾大学アナリスト）

目 的 高野先生から 4×100mR の取り組み方、指導方法を学ぶ(指導者講習会)

指導対象 愛媛県女子選抜チーム(三浦愛華・安達茉鈴・河野由奈・北浦茉奈・大西海優)
県内高校チーム(男女各 3 校)

内 容

- ・ 4×100mR の基礎(ゴールタイムを決める要素、走順の考え方、パス完了地点、チェックマークの設定方法)
- ・ 100m の合計タイムとゴールタイムの関係性(利得時間)
- ・ 100m のデータからシュミレーションされる最適なパス完了地点
- ・ 130mTT の分析結果から各チームの最適なパス完了地点
- ・ スタート方法の確認とリレー練習時のルール確認
- ・ データ処理、分析(toz タイム、前後 5m タイム、完了地点、チェックマーク、風、出のタイミング)

準 備 物 ・ iPhone、iPad があればお持ち下さい。(講習会で使用するアプリがある)
・ Excel の入った PC、スプレッドシートのアプリが入ったスマートフォンがあればお持ちください。

そ の 他 ・ 交通費、昼食等は各自でご負担をお願いします。
・ 計測、分析の都合上、指定された選手以外は見学をお願いします。その際の人数制限はありません。
・ 指導対象である愛媛県選抜チーム、県内男女 3 チームの選手は前日 15 時より、ニンジニアスタジアムで 130m の TT を行います。こちらの見学も可能です。
*講習会に参加を希望する方は下記担当までメールでご連絡ください。(8/25 締切厳守)

【 担 当 】

〒792-0864 愛媛県新居浜市東雲町 2-9-1 愛媛県立新居浜東高等学校 八木 修
[Tel]0897-37-0149 [Fax]0897-37-0148 E-mail:yagi_osamu38@yahoo.co.jp