

スキージャンプアスリート発掘・育成プログラム 今年度分の事業が無事終了しました！



※トップページのバナーより活動動画を見ることができます！！

1月11日（月祝）に第58回全国中学校スキー大会山形県予選会が米沢・御成山公園ジャンプ場にて開かれ、当プログラム参加者の安達夕真さん（山八中2年）が男子の部 3位、鈴木楓花さん（山三中1年）が女子の部 優勝 という成績を残し、2月に開催される全国中学校スキー大会の出場権を獲得しました！

※1/18 全国中学スキー大会は新型コロナウイルス感染拡大の為中止が決定しております。

○今年度分の事業を終えて

本来4月上旬開始予定でありましたが、新型コロナウイルス感染拡大の影響（施設の休場等）によって開始が延期されましたが、6月13日（土）より実施が開始されました。開始は遅れたものの、実施日を変更し当初予定された回数を実施できました。

今年度より、日本スポーツ協会公認アスレチックトレーナーの原田扇人氏に講師を依頼し、コーディネーション（神経系）トレーニング、怪我予防策を取り入れたトレーニングを充実させました。これまでは職員がメニューを作成しておりましたが、専門家の知見を取り入れることで、さらなる体力向上が見られ、その効果はジャンプ技術向上の大幅な向上につながる事となりました。

また、10/25には秋田で開かれた大会に参加しました。秋田・青森・岩手の選手が参加する中、安達夕真さん（山八中2年）が5位/13名中、布施飛雄真さん（山三中1年）が11位/13名中、鈴木楓花さん（山三中1年）が4位/8名中という結果でした。毎週末ジャンプ練習をしている他県または県内米沢市選手と比べ、本プログラム参加者のジャンプ練習量は圧倒的に少ないものですが、その中でも上位を獲得できたことは、“量”ではなく“質”を重視した効果的な陸上トレーニングの成果であると確信しています。

○次年度に向けて

原田氏への講師依頼については、前述のとおり今年度特に陸トレと実技トレの相乗効果が大きく、“量より質”の取り組みにおいて上位入賞という結果を得ているので、来年度も継続して行っていきます。また、ジャンプ合宿の会場を秋田県鹿角市だけでなく、日本各地様々な会場で実施し、技術力はもちろん、各ジャンプ台の特性に合わせた調整力の強化も図っていきたいと考えております。

