

参加
無料

アスリート&コーチ向け ハイパフォーマンスクリニック

Presented by



ENEOS

開催日時

2024.10.25 (Fri.) 26(Sat.) 16:00-17:00

会場

BumB 東京スポーツ文化館 研修ルーム B

インストラクター



岡本 龍児 (おかもと りゅうじ)

全日本アーチェリー連盟 ナショナルチーム トレーナー

日本スポーツ協会公認 アスレチックトレーナー
理学療法士

JOC エリートコーチアカデミー 修了

スポーツ選手のトレーニング、コンディショニングが専門で、
2017年より、全日本アーチェリー連盟のナショナルチームに
帯同し、数々の国際大会で選手のサポートを続けている。
英語も得意のため、ときには通訳もこなすマルチなトレーナー。

テーマ：トップアーチャーの「足」のトレーニング

アーチェリーをするとき、唯一、地面と接している部分はどこでしょうか？

そうです！「足底」です！！

足を鍛えることは安定したシューティングフォームを作ることに繋がります。

ゴルフの選手は安定したフォームを作るため、足を地道に鍛えているそうです。

今回の講習では、実際に皆さんが「足」を上手に使っているのか評価します。

そして実際のトレーニング方法をお教えますので、ぜひ、皆さんでご参加ください！



募集対象・参加資格等

- ◆ 第66回全日本ターゲット選手権大会に参加される選手・指導者
- ◆ 2024度に全日本アーチェリー連盟に登録している方
- ◆ 参加定員 各40名
(定員に達した時点で、申込を締め切らせていただきます。)

お申込みは
こちらから



公益社団法人全日本アーチェリー連盟
<https://www.archery.or.jp/>

東京都新宿区霞ヶ丘町4-2
JAPAN SPORT OLYMPIC SQUQUARE707号室
TEL 03-6459-2812