

日本陸上競技連盟 強化委員会強化育成部
U20オリンピック育成競技者研修合宿への視察参加について（ご案内）


平素は、日本陸上競技界発展のため格別のご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、本連盟強化委員会強化育成部では、国際競技会でのジュニア選手の活躍を目指し、継続的に合宿を行っております。

この度、中学校、高等学校、クラブチーム等、指導現場にいらっしゃる方々にも、広く強化育成部の活動についてご理解いただくと共に、強化・育成の方向性を共有して参りたいと考え、参加選手と選手指導者の方とは別途、参加枠を設けることといたしました。

下記概要と別紙スケジュールをご確認いただき、参加をご希望の方は申込フォームよりお申込みいただきますようお願い申し上げます。

記

1. 研修合宿名 U20 オリンピック育成競技者研修合宿
2. 目的 有望競技者の新しい能力の発掘、オリンピック育成競技としての自覚を身につけ、国際的な視野を育むことを目指す。加えて、来年度以降の国際大会とシニアカテゴリーに向けた準備をする。指導者においては、同じ方向性で育成方法を共有することを目指す。
3. 場所 味の素ナショナルトレーニングセンターウエスト（次ページ参照）
4. 日程 2025年1月13日（月）祝日～16日（木）11:00 受付開始
※スケジュールは別紙をご参照ください。
5. 経費 交通費、宿泊費、食事等は自己手配、自己負担にてお願い致します。
6. 対象者 中学校、高等学校、クラブチームなど、指導現場にいらっしゃる方々
※選手はお申込みいただけませんのでご了承ください。
7. その他 ・初日から参加可能な方に限ります。参加期間は指定しません。（全日程でなくとも可）
・室内用シューズをご持参ください。
8. 申込み 下記URLまたはQRコードよりお申込みください。
URL:<https://forms.gle/EeGWtECsmwJuh3ta9> QRコード: 
申込期限：2025年1月6日（月）
※募集定員は40名程度といたします。定員に達し次第、募集を終了いたします。
※締切後、申込みいただいた方へ事前のご案内をメールにていたします。
9. 問い合わせ 日本陸上競技連盟 強化育成課 大野果穂
TEL：050-1746-8410 E-mail：kyoka@jaaf.or.jp

スケジュール

時間	1月13日(月)	1月14日(火)	1月15日(水)	1月16日(木)	時間
9:00				⑥9:00～ 荷物保管 大研修室	9:00
9:30		9:45 研修室1 集合	9:45 陸トレ入口集合	9:15 陸トレ集合	9:30
10:00		②10:00～11:00 ウェルビーイング研修 大研修室	10:00～12:00 トランスファー トレーニング見学 陸上トレーニング場	9:30～12:00 トランスファー トレーニング見学 陸上トレーニング場	10:00
10:30					10:30
11:00	11:00～12:00 受付 研修室1	③11:10～12:10 中高校生アスリートの からだに関する研修 大研修室			11:00
11:30					11:30
12:00	12:00～13:00 指導者説明会 研修室1				12:00
12:30				12:10～12:30 閉校式	12:30
13:00	13:00～14:00 昼食 ※各自ご用意 研修室1	12:15～ 昼食 ※各自ご用意 研修室1	12:15～ 昼食 ※各自ご用意 研修室1	解散	13:00
13:30					13:30
14:00					14:00
14:30		14:15 研修室1集合、移動			14:30
15:00	14:00～17:00 トランスファー トレーニング見学 陸上トレーニング場	14:30～18:00 トランスファー トレーニング 陸上トレーニング場 見学	④15:00～16:00 研修調整中		15:00
15:30					15:30
16:00					16:00
16:30					16:30
17:00					17:00
17:30	17:30～施設見学				17:30
18:00	18:00～19:00 夕食 ※各自ご用意 研修室1	2日目解散			18:00
18:30			3日目解散		18:30
19:00	①19:00～20:00 栄養研修 研修室2				19:00
19:30					19:30
20:00					20:00
20:30	1日目解散				20:30

【内容の補足】

- ① 栄養研修
- ② ウェルビーイング研修
- ③ 中高校生アスリートのからだに関する研修
- ④ オリンピアン講話またはメディカル研修予定
- ⑤ 他団体交流
メディカル研修
- ⑥ 荷物保管

講師：浜野純(日本陸連医事委員会スポーツ栄養部部长)
 講師：須永美歌子(日本陸連科学委員会委員) ゲスト：戸邊直人、寺田明日香
 講師：難波聡(日本陸連医事委員会委員)
 オリンピアン講話の場合：大研修室/メディカル研修の場合：研修室2
 交流先：新体操、レスリング、ウエイトリフティング
 場所：研修室2 傷害予防またはアンチドーピング研修予定(講師は日本陸連医事委員会)
 大きな荷物がある方は、大研修室へ一時保管をお願いします。

味の素ナショナルトレーニングセンターウエストについて

住所：東京都北区西が丘3丁目15-1

地図：[Google map リンク](#)

注意事項：全館禁煙・館内の写真撮影不可

外観：



全体図：



HPSC北門 (バス停)

陸上トレーニング場
(トレーニング見)

HPSC南 (バス停)

味の素ナショナルトレーニングセンターウエスト
(受付・研修・控室)