

TRIATHLON JAPAN ATHLETE DEVELOPMENT PATHWAY

トライアスロン ジャパン
アスリート育成パスウェイ



アスリート育成パスウェイとは…

世界で活躍するアスリートを輩出し続けるには、コーチを中心としたアントラージュによる支援が必要不可欠です。トライアスロンジャパンアスリート育成パスウェイでは、「日本版FTEM」を活用し、子どもがスポーツに触れてから世界で活躍するトライアスリートになるまでの、普及・発掘・育成・強化に関する道筋を示しています。アスリート育成の指針を示すことにより、アントラージュとの連携を強化し、持続可能なアスリート育成パスウェイの構築を目指しています。

トライアスロン ジャパン アスリート育成パスウェイ

このページでは、それぞれのパフォーマンスレベルで目標を達成していくための段階を表しています。目安となる年齢や育成環境に合わせて活用し、効率のよい育成の道のり（パスウェイ）を歩みましょう。

FTEM

※ JTU … 公益社団法人日本トライアスロン連合
JSC … 独立行政法人日本スポーツ振興センター
JOC … 公益財団法人日本オリンピック委員会

4 MASTERY マスターリー

国際競技大会での持続的な成功



M	オリンピック競技大会でメダルを複数回獲得する	オリンピック競技大会において複数回のメダル獲得実績を有し、ロールモデルとして国民からも憧れられ、尊敬される存在となる	24歳以上	JTU 所属先コーチ 医学スタッフ スポンサー ワールドクラス コーチ JSC JOC	ナショナルチームの選考基準に準ずる	ナショナルチーム A選手
---	------------------------	--	-------	--	-------------------	--------------

3 ELITE エリート

国際競技大会での成功



E3	オリンピック競技大会でメダルを獲得する	オリンピック競技大会でのメダル獲得に加え、トライアスロンのロールモデルとして憧れられ、尊敬される存在となる	22歳以上	JTU 所属先コーチ 医学スタッフ スポンサー ワールドクラス コーチ	ナショナルチームの選考基準に準ずる	ナショナルチーム A選手
	E2	国際大会でメダルを獲得し、オリンピック競技大会で入賞する				国際大会やオリンピック競技大会での入賞実績に加え、日本代表を牽引する存在として国際的に活躍している
	E1	ナショナルチーム選手に選出される	国際大会で入賞可能なトレーニングに取り組み、各地を転戦してランキングを高める状態にある	19歳以上	JSC JOC	

2 TALENT タレント

スポーツタレントの顕在化及び実績



他競技で培った経験を
トライアスロンで
試してみませんか

T4	年代別国際大会で入賞以上の成績を残す ナショナルチーム 次世代選手に選出される	国際大会の年代別カテゴリーにおいて、入賞以上を目標に収めることへ挑戦し、ワールドランキングを上げている	18歳以上 (23歳以上でもWT初挑戦から3年以内)	JTU JTUリージョナル リーダー トライアスロン 都道府県コーチ ワールドクラスコーチ	ナショナルチームの選考基準に準ずる	ナショナルチーム 次世代選手
T3	連続した3種目 (スイム・バイク・ラン) に対応できる能力を培う	国内開催の国際大会に出場している 競技転向アスリートがトライアスロンの専門トレーニングを積む	16歳以上	競泳・陸上競技コーチ バイクコーチ 医学スタッフ 学校・教師	認定記録会での記録に準ずる	JTU タレント 選抜選手
T2	日本トライアスロン連合 タレント基準を突破する	JTUタレント基準突破を目指すと共に バイクの基礎習得に取り組んでいる 競技転向アスリートが様々な競技大会や 育成事業に挑戦する	16歳 〜 23歳	JTU JTUリージョナル リーダー トライアスロン 都道府県コーチ ワールドクラスコーチ	JTUタレント基準	JTU タレント選手
T1	スイム・ランの デュアル強化を進める	スイムまたはランの高い能力を有し、 両種目専門的トレーニングを行っている	15歳 〜 18歳	競泳・陸上競技コーチ バイクコーチ 学校・教師		JTU タレント 候補選手

1 FOUNDATION ファウンデーション

土台となる遊び・動作・スポーツ



F3	スイムやランの競技大会に参加し実績をあげる アクアスロンや トライアスロン等の複合 種目の大会経験を積む	水泳や陸上競技のトレーニングに取り組み、全国大会に挑戦している 常に向上心を持ち、トライアスロンを通じて挑戦・失敗・成功を繰り返す環境でたくましさ身に付けている	10歳 〜 15歳	保護者 水泳・陸上競技コーチ トライアスロン 都道府県コーチ 学校・教師 JTU
F2	大会に参加し競技に関心を持つ 年齢と成長に合わせ、 持久力系トレーニングに取り組み始める	スポーツへの好奇心を持ち、 水泳を含めた多様なスポーツに取り組み、 運動神経を高めている	9歳 〜 10歳	保護者 水泳・陸上競技 コーチ
F1	スイムを中心に多様な スポーツに親しみ、 遊び、経験する	マナーやルールを学んでいる	5歳 〜 10歳	トライアスロン 都道府県コーチ

アスリート育成パスウェイと

もっと

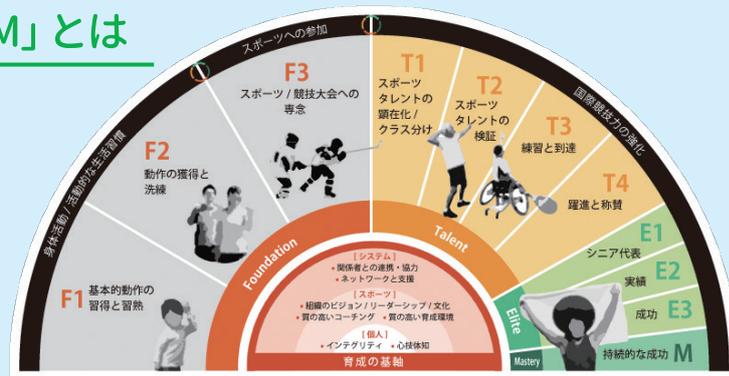
トライアスロンについて詳しく知ろう!



アスリート育成パスウェイ「日本版FTEM」とは

日本スポーツ振興センター（JSC）では、オーストラリアにて開発されたFTEMフレームワークをもとに、科学的な根拠に基づいた普及・発掘・育成・強化を推進するため、日本の競技スポーツの基盤を踏まえた「日本版FTEM」を開発しました。「日本版FTEM」の特徴は、Fの段階「ファウンデーション(F1～F3)」、Tの段階「タレント(T1～T4)」、Eの段階「エリート(E1～E3)」、Mの段階「マスターリー(M)」の11段階に分けられており、以下の3つの特徴があります。

- オリンピック、パラリンピック、プロフェッショナル等のスポーツにおいて、長期的な視点からアスリート育成について考えることができます。
- スポーツを「する」者の視点だけではなく、スポーツを「ささえる」者の視点を踏まえてアスリート育成について考えることができます。
- スポーツに関わる関係者が、統一された言語を用いて、アスリート育成について考えることができます。



アスリート育成パスウェイ「日本版 FTEM」の詳しい内容はコチラ

動画→



URL→



ロードバイクの基本技術の習得



〈全8チャプター〉

- | | |
|----------------------|------------------|
| Chapter 1 乗る前の点検 | Chapter 5 スラローム |
| Chapter 2 自転車の取り回し | Chapter 6 ブレーキング |
| Chapter 3 乗り降りとポジション | Chapter 7 コーナリング |
| Chapter 4 重心移動 | Chapter 8 一本橋 |

ロードバイク基本技術習得する為安全テクニックの動画を作成しております。トライアスロンのバイク「選手が安全意識を高め、正しい知識」を身に付けることは、不可欠といえます。「バイクは命を預ける乗り物」であり、「他者を傷つける凶器」にもなり得ることを、選手・指導者は再確認をする必要があります。そして、「命を預ける道具」のメンテナンス方法、用具選択に及ぶ指導も求められます。基礎技術の向上として事前研修プログラム(安全テクニック動画)を作成しています。

ロードバイクの基本技術の習得の動画や詳しい内容はコチラ

動画プレイリスト→



URL→



※バイクテスト基準(サンプル)→



オープンドア パスウェイシステム



他競技からトライアスロンに転向するアスリートを歓迎しています。日本トライアスロン連合では、トライアスロン競技の一貫指導システムと全国強化拠点化を促進と将来有望なタレント発掘と強化指定選手の認定等、強化事業と連携し強化普及を図る目的として各地で認定記録会を開催しております。

オープンドアパスウェイシステムの詳しい内容はコチラ→



公益社団法人 日本トライアスロン連合

Japan Triathlon Union

JAPAN SPORT COUNCIL

独立行政法人日本スポーツ振興センター

HP JAPAN HIGH PERFORMANCE SPORT CENTER

ハイパフォーマンススポーツセンター