

令和4年度トライアスロンコーチ養成講習会(専門科目) 開催要項

- ・主催:公益社団法人日本トライアスロン連合
- ・協力:日本財団パラスポーツサポートセンター

1. 趣旨

トライアスロン強化戦略プランに基づき、ワールドクラスコーチの育成のために上級コーチ資格を設置する。指導者資格の階層を増やすことにより、トライアスロン競技の指導者の質・量の向上を図ることを目的とする。さらに、本コーチ3資格取得者のうち、NF強化環境において実践経験を重ねた人材を、JOC ナショナルコーチアカデミーに輩出し、国際的競技水準を踏まえた強化を推進できる、プロフェッショナルなコーチの育成・養成を目指す。

2. 対象者:

1) 受講資格:

- ・トライアスロンコーチ1有資格者で、受講年度の4月1日現在20歳以上。
- ・都道府県トライアスロン競技団体の推薦を受け、当連合の承認を得た者。

2) 期待される受講対象:

- ・ワールドトライアスロン(IF)国際大会出場選手の指導を行う人材及びその候補者。

3. 実施期間

1) 実施内容:

1-1) 専門科目(講義:約20時間)

- ・実施方式:オンライン予定
- ・実施時期:2022年11月~3月(予定)

1-2) 専門科目(実技/指導実習:約40時間)

- ・実施方式:宮崎県・競技別NTCでの集合研修
- ・実施時期:2022年12月下旬(予定)



4.カリキュラム(一覧)

No	方法	科目	【ステータス】主担当	形式
1	座学	コーチング論	山根英紀 IF コーチ委員	WEB
2	座学	アンチドーピング	JTU アンチ・ドーピング委員会【村瀬訓生 JTU アンチドーピング副委員長】	WEB
3	座学	競技者育成プログラム	JTU ハイパフォーマンスチーム【近藤邦宏 JTUHPT アシスタントディレクター】	WEB
4	座学	競技ルール	JTU 技術委員会・審判委員会【小金澤光司 JTU 技術副委員長】	WEB
5	座学	外傷・障害	JTU メディカル委員会【笠次良爾メディカル委員長】	WEB
6	座学	生理学	JTU 情報戦略・医科学委員会【石倉副委員長・谷口委員・青柳委員】	WEB
7	座学	バイオメカニクス	大山圭悟 氏（筑波大学 体育系 准教授）	WEB
8	座学	栄養学	石橋彩 氏（東京大学総合文化研究科 研究員）	WEB
9	座学	心理学	橋口泰一 氏（日本大学松戸歯学部 准教授／ JPC 医・科学・情報サポート事業統括リーダー）	WEB
10	座学	レース戦術・戦略	森谷直樹	宮崎
11	座学	指導計画	蓮沼哲哉、福地修也 氏	宮崎
12	実技	ウェイトトレーニング・ 補強	栗若伸一 氏（日本トレーニング指導者協会）	宮崎
13	実習	スイムのトレーニング 法	HPT(川合貴紀)	宮崎
14	実習	バイクのトレーニング 法	HPT(中山俊行、吉井功治氏)	宮崎
15	実習	ランのトレーニング法	HPT(村上晃史)	宮崎

5.専門科目(指導実習/実技)

1)概要

- ・実施方式:宮崎県・競技別 NTC での集合研修
- ・実施時期:2022年12月20日(火)13時30分集合~22日(木)15時解散予定 *2泊3日
- ・集合場所:〒880-8545 宮崎県宮崎市山崎町浜山 コテージ・ヒムカ センター棟 2F 会議室「Himuka」

日程
12/20(火) 1330-1400(0.5h)集合・ガイダンス@ヒムカセンター会議室 1400-1600(2h) バイク実習(座学)@ヒムカセンター会議室 1610-1710(1h)レース戦術・戦略(座学)@ヒムカセンター会議室 1710-1810(1h) ラン講義@ヒムカセンター会議室 1820-1920 夕食 1920-2120(2h)指導計画(座学)
12/21(水) 0700-0900(2h) バイク実習@みやざき臨海公園 0910-1030 朝食 1030-1230(2h)スイム講義@ヒムカセンター会議室 1230-1400 昼食・休憩 1400-1600(2h)ウエイトトレーニング実技@ラグゼーツ葉フィットネス 1610-1810(2h)指導計画(座学)@ヒムカセンター会議室 1810-1900 夕食 1900-2100(2h)レース戦術・戦略(座学)@ヒムカセンター会議室
12/22(木) 0700-0900(2h) スイム実習@ラグゼーツ葉フィットネス 0910-1000 朝食 1000-1100(1h)ラン講義@ヒムカセンター会議室 1100-1300 (2h) ラン実習@みやざき臨海公園 1300-1400 昼食 1400-1500(1h)レース戦術・戦略(座学)@ヒムカセンター会議室 1500 解散@ヒムカセンター