

# トップアスリートクロスカントリー教室

# 大平先生 教室終了



## ノルディック複合

7月30日に和寒町教育委員会主催の「未来のトップアスリート全力サポート事業2016 加藤大平選手に学べ! トップアスリートクロスカントリー教室」を和寒町総合体育館で開催しました。

2015に続き開催となったこの企画は、加藤選手が「子どもたちに技術を教えて、トップ選手へとなる手助けをしたい。」という思いのもと、全日本ノルディック複合チームの富井彦コーチと久保貴寛コーチも賛同、駆けつけてくれました。加藤選手はローラースキーのアドバイスの際、「クロカンは持久力とテクニックが必要で、スキーとストックを自分の手足のように動かすことが重要。」と話し、ローラースキーを履いたままサツカーボールでパスを出すというトレーニング方法など紹介していました。



一方室内では富井コーチ、久保コーチ組がサーキットトレーニングを行い、「バランスと、フットワークを身に付けることもクロカンのとって大切。」と身近にある道具をつかったトレーニング方法をいくつも紹介していました。

38名の参加者と指導者からは、「オリンピック選手はやっぱりすごい!」「オリンピック選手やコーチから学んだことはとても大きかった。地元に戻ってやってみようと思う。」など感動と喜びの声がたくさん上がりました。

最後に加藤選手からW杯のビブなどのプレゼントに、参加者はとても喜んでいました。

加藤選手、富井コーチ、久保コーチには、大変感謝申し上げます。