

加藤大平選手に学べ! トップスリートクロスカントリー教室

# 大平先生 大盛況



## ノルディック複合

7月25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2015 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」が和寒町総合体育館で開催された。

「子どもたちに技術を教えて、トップ選手となる手助けをしたい。」という加藤選手の熱い思いから実現したこの企画に、全日本ノルディック複合コーチの富井彦氏と、加藤選手の下川商業高校時代の1学年後輩の現役複合選手で、日本トップクラスの久保貴寛選手もこの教室に駆けつけていただきました。

冒頭、加藤選手から、「強くなるには、有酸素運動、筋力トレーニング、コーディネーショントレーニング、頭のトレーニングを行うこと、量より質を上げ、うまい人のマネをすることも重要。」と話していました。



加藤選手と久保選手は中学生と一緒にローラースキートレーニングへ。富井コーチは小学生と屋内体育館トレーニングを開始。富井コーチは「楽しみながらトレーニングをすることが大切。」と話していました。道内各地から集まった40名の参加からは、「オリンピック選手から学ぶことがたくさんあり刺激になった。オリンピック選手をめざしたい。」「富井コーチの練習方法も大変勉強になった。来年も開催してください。」と大盛況な教室となりました。

北海道遠征の試合の合間にもかかわらず、今回の企画にご快諾いただいた、加藤選手、富井コーチ、久保選手には、大変感謝申し上げます。