

みやぎジュニアトップアスリートアカデミー 開催報告書 『育成プログラム』

◆プログラム内容◆

【日 時】令和8年4月11日（土）10時00分から15時50分

【場 所】岩沼市総合体育館

【参加者】アカデミー第11・12・13・14期生

◆活動の記録◆

1. 知的能力開発プログラム

1) スタートアッププログラム

講 師：岡井 理香 氏（周南公立大学・准教授）

対象者：アカデミー第14期生



2. 身体能力向上プログラム

1) コンディショニング

講 師：青島 大輔 氏（株式会社 active body）

テーマ：コンディショニング トップアスリートが持つべき準備の知識と実践力

対象者：アカデミー第11・12・13期生



2) SAQ トレーニング

講師：渡邊 研 氏（株式会社クレーマージャパン）

テーマ：アジリティの向上

対象者：アカデミー第11・12・13期生



3) ウォーミングアップ

講師：青島 大輔 氏（株式会社 active body）

テーマ：運動開始の準備

対象者：アカデミー第14期生

