

**あいちトップアスリートアカデミーユース指定競技
トップコーチ招聘事業（自転車競技（MTB））実施報告書**

1 日時

2022年10月16日（日）午後1時30分から午後4時30分まで

2 場所

各務野自然遺産の森 MTB コース
〒504-0102 岐阜県各務原市各務車洞 6797-1

3 講師

小笠原 崇裕（（公財）日本自転車競技連盟マウンテンバイクナショナルコーチ）

4 補助者

白石 角也（愛知県自転車競技連盟）

5 参加者

アカデミー修了生3名、他3名 合計6名

6 実施概況

(1) 主な実施内容

- ア 準備体操・バイクチェック
- イ 実技講習①『フロントアップ・リアアップ』
- ウ 実技講習②『上り坂での体重移動の練習』
- エ 実技講習③『コースのライン取り等の実践』
- オ 整理体操・本日の感想及びまとめ

7 その他

講師による急な斜面の難しいライン取りの説明にしっかりと耳を傾け、スピードをコントロールしながらも果敢にチャレンジしていた。

