

**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12月4日（日）午後1時30分から午後4時30分まで

2 場所

阿寺マウンテンバイクパーク
〒441-1621 新城市下吉田小河内 28

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 参加者

アカデミー修了生2名、他6名 合計8名

5 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『登り坂での体重移動の練習』
- ウ 実技講習②『下り坂でのライン取りの練習』
- エ 実技講習③『模擬レースの実施』
- オ 整理体操・本日の感想及びまとめ

6 その他

講師による説明にしっかりと耳を傾け、難しい課題や慣れないコースでも果敢に挑戦する様子が見られた。

