

ライフル射撃【第5回ジャンプアッププログラム】活動報告

1 日時

2020年11月14日（土） 10時から15時まで

2 会場

愛知県総合射撃場

3 コーチ（敬称略）

日本ライフル射撃協会 三野 卓哉

愛知県ライフル射撃協会 小林 克己、甲斐 伸一、小川 隆

4 活動内容

今回は予定を変更して、種目毎に分かれて「自宅練習課題」をコーチと共に実施した後にミニゲームを行いました。「自宅練習課題」については、前回のプログラムでも実施方法をコーチと一緒に体験実施していましたが、アカデミー生は、自宅での練習時に「自宅練習課題」を実施していないとのことでしたので、自宅ですべて実施できるようにプログラムを追加しました。

午後からのプログラムでは、午前中に修正した課題を試合で実行できるように重点を置いて模擬試合を実施しました。

なお、今回は課題解決に時間を要したことから、当初予定していたファイナルの練習は、次回のプログラムで実施することにしました。



課題の確認



実技指導



タレントをサポートする保護者の姿



プログラム後のミーティング

ライフル射撃【第4回ジャンプアッププログラム】活動報告

1 日時

2020年10月25日（日） 10時から16時30分まで

2 会場

愛知県総合射撃場

3 コーチ（敬称略）

日本ライフル射撃協会 三野 卓哉、エグルト エリック
愛知県ライフル射撃協会 小林 克己、甲斐 伸一、小川 隆、
鈴木 和彦、杉山 幸重

4 活動内容

第4回目のプログラムは、午前中に基本トレーニングの指導、昼食後にJ Uプログラムの目標と次年度以降のプログラム実施方法等の説明及び模擬競技会を実施しました。

ピストルグループの5名及びライフルグループの第1期生2名については、新たに自宅練習についての課題が配付され、その内容について実践しました。その中で、コーチから射撃の姿勢や引き金操作の個別指導を受けました。

なお、ピストルグループの第2期生については、コート、ジャケット等の使用方法やサイズ確認も行いました。

また、高岡くんは、全体練習終了後にエアライフルの個別指導を受けました。



採寸した個人専用のジャケット着用



NF と PF による指導事項の確認



休憩中も課題に取り組むタレント



AR の個別練習をする高岡くん

ライフル射撃【第3回ジャンプアッププログラム】活動報告

1 日時

2020年9月20日（日） 10時から15時まで

2 会場

愛知県総合射撃場

3 コーチ（敬称略）

日本ライフル射撃協会 三野 卓哉
愛知県ライフル射撃協会 小林 克己、甲斐 伸一、鈴木 和彦、米澤 琢朗、
鈴木 荀一

4 活動内容

第3回目のプログラムを開催しました。第1期生、第2期生共に記録会を実施した後に、競技会の内容についてコーチから個別指導を受けました。

今回のトレーニングでは、記録会をスムーズにスタートするために必要な準備事項や行為について説明を行うことと、競技会を実践することの二つを目的としました。ライフルとピストルに分かれて、各コーチから種目特有の項目の説明が行われ、記録会終了後には、コーチとタレントで、競技中の内容、問題点の確認、対処方法などが話し合われました。

午後からは、それらの課題を解決するためのトレーニングを実施し、自宅でのトレーニングについての宿題が出されました。



プログラムの説明



トレーニングの様子



ピストルの指導



ライフルの指導

ライフル射撃【第2回ジャンプアッププログラム】活動報告

1 日時

2020年8月30日（日） 10時から15時まで

2 会場

愛知県総合射撃場

3 コーチ（敬称略）

日本ライフル射撃協会 三野 卓哉、エグルト エリック

愛知県ライフル射撃協会 小林 克己、甲斐 伸一、鈴木 和彦、小川 隆

米澤 琢朗、鈴木 荀一、杉山 幸重

4 活動内容

第2回目のプログラムを開催しました。第2期生は初めてのプログラム参加だったので、全員が自己紹介をしてからプログラムはスタートしました。

第1期生は記録会を実施した後に、コーチとタレントで、競技中の内容、問題点の確認、対処方法などの個別ミーティングが行われました。また、それらの課題を解決するための自宅トレーニング等の課題が出されました。

第2期生は、1人につき1人ずつコーチがつき、基本姿勢などをしっかり教えてもらいました。その他にも標的の狙い方などの講習もありました。また、ライフルのメンバーはジャケットの採寸も行いました。



自己紹介



第2期生のスタートプログラム



講習会



個別ミーティング

ライフル射撃【第1回ジャンプアッププログラム】活動報告

1 日時

2020年7月26日(日) 10時から16時まで

2 会場

愛知県総合射撃場

3 参加コーチ（敬称略）

日本ライフル射撃協会 三野 卓哉

愛知県ライフル射撃協会 小林 克己、甲斐 伸一、佐藤 猛

4 活動内容

1期生の6名が参加し、ライフル種目、ピストル種目に分かれて記録会と個別指導を実施しました。

4月に予定していた大会への出場は、新型コロナウイルス感染症の影響により参加できませんでしたが、次回の大会参加に向けた機材の調整方法などを教わりました。いろいろな参加条件があることを知り、各自で大会に参加するための方法を知ることができて良かったです。



トレーニングの様子



トリガーの調整



ジャケットの検査



自宅トレーニングの課題提示

ライフル射撃【ジャンプアッププログラム】 再開準備事業 活動報告

1 日時

2020年6月21日(日) 10時から16時まで

2 会場

愛知県総合射撃場

3 参加コーチ（敬称略）

日本ライフル射撃協会 三野 卓哉、松島 愛

愛知県ライフル射撃協会 小林 克己

4 活動内容

1期生の6名が参加し、ジャンプアッププログラムの再開準備事業を開催しました。今回は、新型コロナウイルス感染症への対策として、三密を防ぐために集合時間を3班に分けてトレーニングを実施しました。

トレーニングは記録会と個別指導で構成され、個別指導を終えたところで順次解散としました。

松島コーチからは、指導をスタートして6か月が経過した時点だが、順調に成長しているとの話がありました。



検温の様子



トレーニングの様子



個別指導



個別指導