

**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

2023年12月17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
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

アカデミー生3名（ユース生1名）、他2名 合計5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『スタンディング、狭い中での走行練習』
- ウ 実技講習②『コース場での障害物の退避練習』
- エ 実技講習③『個別に分かれての指導』
- オ 整理体操・本日の感想及びまとめ

7 その他

時折雪が強く舞う寒い中での実施であった。講師の模範実技やアドバイスを参考に、滑りやすい路面状況でも、各自工夫しながら走る様子が見られた。

