

## あいちトップアスリートアカデミー（パラアスリート部門）活動報告

### 【専門競技プログラム】

- 1 日 時 2025年12月9日（火） 午後6時から午後9時まで
- 2 会 場 豊田市障害者総合福祉会館 サン・アビリティーズ豊田
- 3 競技名 車いすバスケットボール

#### 4 内 容

名古屋を拠点として活動する車いすバスケットボールクラブ「ワールドB B C」の練習に参加しました。

アカデミー生2名は、体育館に到着してから個別でウォーミングアップ、チェアワーク、1対1を行い、チーム練習に移りました。

チーム練習では、ハーフコートを利用し、ランニングシュート、ミドルシュートドリルを行いました。5人1組でエンドラインから反対のゴールまで8の字に走行しながらパスを回して、最後はシュートまでを行う「ファイブメン」、シュート後のリバウンドから反対側のゴールまで戻る際に「3対2」の攻防を行いました。

最後は、2チームに分かれてゲーム形式を行い、オールコートで8秒ルールや24秒ルールを意識して行うゾーンプレスディフェンスや得点後の攻守の切替えに重点を置いた実践的な練習が印象的でした。

2026年3月にクラブ日本一を決める「天皇杯日本車いすバスケットボール選手権大会」を控え、気迫のこもった練習の様子を見ることができました。

