

競技体験プログラム【キッズ】活動報告

1 日時

2025 年 12 月 20 日（土） 18 時 25 分から 20 時 00 分まで

2 会場

愛・地球博記念公園 アイススケート場

3 プログラム名

スケート（ショートトラック）

4 講師（敬称略）

愛知県スケート連盟 鈴木 晃、吉村 博江（他 4 名）

5 活動内容

はじめに同年代のショートトラック選手による滑走のデモンストレーションを見学しました。選手の滑るスピードの速さに、驚きと称賛の声が上がりました。

その後、スケートの経験回数を基にしてグループに分かれ、氷上での滑走体験をしました。経験の浅いグループは、両かかとをつき、手を広げてひざを曲げる基本姿勢で立つことから始め、足踏みをしながら進むことや止まり方、曲がり方などの基本動作を学びました。はじめは恐る恐る氷上に立っていたアカデミー生も講師のアドバイスを受け、徐々に滑る感覚をつかむことができるようになりました。これまでにスケート経験のあるグループは、足を交差して進む練習や少し早いスピードで滑る練習にも取り組みました。

活動終了時には、多くのアカデミー生からスケートの楽しさを味わうことができたという声上がり、次回の体験を楽しみにしている様子が伺えました。



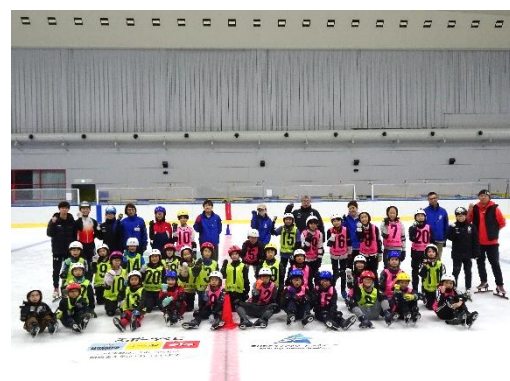
リンクサイドで基本姿勢の確認



氷上を足踏みで進む練習



片足に体重を乗せて滑る練習



集合写真