Aichi Top Athlete Academy

競技体験プログラム【ジュニア】活動報告

１　日時

2026 年 11 月 7 日（土）　 9 時 30 分から 12 時 30 分まで

２　会場

愛知池（トーゴーボートハウス）

３　プログラム名

ローイング

４　講師（敬称略）

一般社団法人愛知県ローイング協会　岩月　 孝敏、池田　 裕紀（他４名）

５　活動内容

秋晴れのもと強風の吹く中、ローイングの体験を行いました。前半は、オリンピアンの岩月氏から、オールを漕ぐための正しい動作（フォーム）について、ローイングエルゴメーターを用い、脚、上半身、腕への運動連鎖を意識し、練習を行いました。

後半は、水上での乗艇体験をする予定でしたが、強風のため、実施する事ができず、急遽、プログラムを変更し、４人チームでローイングエルゴメーターを用いた 2,000m リレーと桟橋での係留艇への乗艇体験をしました。2,000m リレーは１秒でも早くゴールするために皆で漕手を応援し、とても盛り上がりました。

次回こそ、水上での乗艇体験ができることをアカデミー生みんなが楽しみにしている様子でした。



エルゴメーターを用いての練習



2,000m リレー



桟橋での係留艇への乗艇体験



集合写真