

平成 30 年 2 月 17 日

関係各位

(一社) 東京都トライアスロン連合
強 化 委 員 会

東京都競技力向上事業<ジュニア特別強化事業>

2017年度 第8回 東京都ジュニア強化練習会 および アンチ・ドーピング講習会 報告書

掲題につきまして、下記の通り実施したことを報告いたします。

記

1. 主催 : 東京都・公益社団法人東京都体育協会・一般社団法人東京都トライアスロン連合
2. 日程 : 平成30年2月12日(月:祝)
3. 会場 : 講習会 : 日本学園中学校・高等学校 会議室 13:30-15:00
ラン : 日本学園敷地内 特設500mコース 15:30-17:00
4. 講師 : 関 昌之(スポーツファーマシスト)
5. スタッフ:
福渡 純(東京都トライアスロン連合/日体協トライアスロン指導者)
堀越和彦(東京都トライアスロン連合/日体協トライアスロン指導者)
原田隆史(東京都トライアスロン連合/強化委員ジュニア担当)

6. 講習会・練習会参加者

氏名	性別	選手種別
新井 悠悟	男性	A指定
甲斐 彩花	女性	A指定
黒川 由宇	男性	B指定
黒川 遼宇	男性	B指定
辻田 洸希	男性	B指定
福島 旺	男性	B指定
甲斐 瑠夏	男子	B指定
横川 汐音	女性	B指定
松岡 鈴奈	女性	B指定
樋口 綾華	女性	B指定
下田 優斗	男性	C指定
古屋 無為	男性	C指定

山口 大貴	男性	C指定
青柳 龍斗	男性	C指定
伴 正太	男性	C指定
油井 明澄	男性	C指定
鈴木 創万	男性	C指定
山内 渚	女性	C指定
遠藤 眞悟	男子	指定なし
益山 恭平	男性	指定なし
黒川 航宇	男性	指定なし
中谷 志優	男性	指定なし
梅崎 匠平	男性	指定なし
北島 翔	男性	指定なし
本木 颯人	男性	指定なし
船橋 泰紀	女性	指定なし
野村 桂音	男性	指定なし

7. 講習会のみ参加

筒木 杏	女性	A指定
吉川 美帆	女性	C指定
市橋 寛行	男性	指定なし

8. 欠席連絡あり

中山彩里香	女性	A指定
島崎 茉央	女性	B指定
佐藤らら	女性	
佐々木翔生	男性	A指定

9. 講習内容

- (ア) アンチ・ドーピングのルールと現状
- (イ) ドーピング検査のやり方

10. 講習の写真



11. 練習の内容

- (ア) ラダーで動き作り
- (イ) アップ1 km
- (ウ) 500m x 5本 2グループ Repetition (男子1分45以内、女子2分以内)
- (エ) ダウン1.5 km

12. 練習中の写真



以上