

ライフル射撃【ジャンプアッププログラム】活動報告

1 日時

2020年2月23日(日) 10時から16時まで

2 会場

刈谷市体育館

3 参加コーチ（敬称略）

日本ライフル射撃協会 三野 卓哉

愛知県ライフル射撃協会 小林 克己、甲斐 伸一、鈴木 和彦、米澤 琢朗

4 活動内容

1期生の6名が参加し、ライフル種目、ピストル種目に分かれてトレーニングを実施しました。

始めに、1か月間の自宅トレーニングの成果と本日のトレーニングの目標を発表し合いました。続いて、競技会を想定し、射座に入る前の準備体操や気持ちの作り方などを教わりました。その後は、実射を行い、基本姿勢等の指導を受け、個々の課題を確認しました。



1期生とコーチの集合写真



練習の様子



練習の振り返り



自宅トレーニングの課題提示

ライフル射撃【ジャンプアッププログラム】活動報告

1 日時

2020年1月26日(月) 10時から16時まで

2 会場

刈谷市体育館

3 参加コーチ(敬称略)

日本ライフル射撃協会 三野 卓哉、エグルト エリック、松島 愛
愛知県ライフル射撃協会 小林 克己、小川 隆、甲斐 伸一、鈴木 和彦、
米澤 琢朗

4 活動内容

1期生の6名が参加し、ライフル種目、ピストル種目に分かれてスタートプログラムを実施しました。

ライフル種目のタレントは、自分専用のジャケットを着用し、トレーニングをしました。自分専用のビームライフル、ビームピストルを借用したので、今後は自宅に持ち帰ってトレーニングをすることになります。

まずは、4月18日(土)、19日(日)に岐阜県で行われる第20回全日本ジュニアビームライフル射撃競技大会の出場を目指することになりました。



1期生とコーチの集合写真



トレーニングの様子



練習の振り返り



自宅トレーニングの課題提示