

競技体験プログラム【ジュニア】活動報告

1 日時

2023年10月7日（土） 9時00分から12時00分まで

2 会場

保田ヶ池カヌーポロ競技場

3 プログラム名

カヌー

4 講師（敬称略）

愛知県カヌー協会 鈴木 一生、大城良介（他1名）

5 活動内容

今回はカヌーポロの体験でした。ヘルメットを着用し、アップを兼ねてパドルを漕いで専用コートへ移動し、キャッチボールを2人組で行いました。その後、水面より少し高い位置にあるゴールへシュート練習を行いました。ゴールまでの距離感と、パドルを手から離してシュートをするのが難しそうでしたが、コースを狙って力強いシュートを打つアカデミー生もいました。

最後は、簡単なルール説明の後、ゲームを行いました。講師からのアドバイスを受けながら、積極的に取り組んで楽しむことができました。

隣のコートでは、日本代表女子選手の練習が行われており、ハイレベルのプレーを目の当たりにして競技の迫力を感じることができました。



バランスをとってキャッチボール



ゴールに向かってシュート！



ゲームの様子



全員で記念撮影

競技体験プログラム【ジュニア】活動報告

1 日時

2023年9月30日（土） 9時00分から12時00分まで

2 会場

三好池カヌーセンター

3 プログラム名

カヌー

4 講師（敬称略）

愛知県カヌー協会 鈴木 一生、大城良介（他1名）

5 活動内容

2回目のカヌー競技体験は、カヌースプリント種目に挑戦しました。まずパドルの使い方を復習した後、艇の運び方や操作方法を習いました。その後、池に移動し、乗艇・降艇の仕方や転覆した時の対応を習い、手で漕いで前後進する練習をしました。乗艇の際は、重心を低くして乗らないとすぐに転覆します。また、止まっているより走っている方が安定するというコツを掴むまで、何度も転覆しながらも、だんだんとうまく乗れるようになっていきました。

後半は、パドルを使い漕ぐ練習をしました。最初は、パドルの操作がうまくできず、スピードに乗って進むことができませんでしたが、繰り返し大きく漕ぐ練習をしていくと、まっすぐスピードに乗って進むことができるようになっていきました。来週は、カヌーポロに挑戦します。



パドルの使い方を復習します



艇の運び方を学びます



まずは手で漕いで進みます



パドルをうまく使いこなして

競技体験プログラム【ジュニア】活動報告

- 1 日時
2023年9月2日（土） 9時00分から12時00分まで
- 2 会場
三好池カヌーセンター
- 3 プログラム名
カヌー
- 4 講師（敬称略）
愛知県カヌー協会 鈴木一生、大城良介（他2名）
- 5 活動内容

残暑厳しい中、1回目のカヌーの競技体験を行いました。最初は地上で一方にしかブレードがないパドルの使い方を習い、池に移動し「カナディアン・カヌー」に乗り、2艇に分かれて直線で競争しました。講師の、「漕ぐ力よりもしっかりと全員の息を合わせる事が大切。」の言葉どおり、全員で号令を掛けて漕いだ方が、スピードが出ていると感じられました。

後半は、ダブルブレードのパドルの使い方を習ってから、カヌーポロ用の「カヤック」に挑戦しました。最初はパドルをうまく使いこなせず、真っ直ぐに進むことができませんでしたが、時間が経つにつれ上手にパドルを使いこなし、真っ直ぐ進むことができるようになりました。来週は、スプリント用のカヌーに挑戦します。



息を合わせてみんなで漕ぎます



ダブルブレードの漕ぎ方を覚えます



パドルをうまく使いこなして



全員で記念撮影