

**あいちトップアスリートアカデミーユース指定競技
トップコーチ招聘事業（自転車競技（MTB））実施報告書**

1 日時

2023年10月28日（土）午後1時30分から午後4時30分まで

2 場所

豊田おいでんトレイル足助栃本 特設コース
豊田市栃本町神奥 付近

3 講師

小笠原 崇裕：（公財）日本自転車競技連盟マウンテンバイクナショナルコーチ

4 補助者

森 俊文（愛知県自転車競技連盟）

5 参加者

アカデミー生1名（ユース生1名）、アカデミー修了生2名
他2名 合計5名

6 実施概況

(1) 主な実施内容

- ア 準備体操・バイクチェック
- イ 実技講習①『障害物の回避』
- ウ 実技講習②『上りのコース取りと障害物の回避について』
- エ 実技講習③『下りのコース取りと障害物の回避について』
- オ 整理体操・本日の感想及びまとめ

7 その他

今年度6回目を実施した。木の根の多い難しい斜面の上りと下りを中心に実技が行われたが、講師の模範実技やアドバイスを参考に、どのようなコースを進むと落車せずスムーズに走ることができるか、各自工夫しながら挑戦する様子が見られた。

