

**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**

2024年1月28日（日）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**

白石 角也（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3名  
他5名 合計9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『マーカーを使用した障害物の回避』
- 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9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。

