

**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11月10日（日）午後1時30分から午後4時30分まで

2 場所

各務野自然遺産の森 MTB コース
岐阜県各務原市各務車洞 6797-1

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 参加者

アカデミー生2名、修了生1名、他3名 合計6名

5 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『基本動作の練習（フロントアップ）』
- ウ 実技講習②『コースを使用した実践指導』
- エ 実技講習③『レース形式での実践指導』
- オ 整理体操・本日の感想及びまとめ

6 その他

今年度7回目を実施した。今回は、段差を越えたりするときに役立つ基本テクニックの「フロントアップ」の技術を学んだ。講師の模範実技やアドバイスを参考に、各自工夫しながら挑戦する様子が見られた。

