

競技体験プログラム【キッズ】活動報告

1 日時

2026年1月10日（土） 18時25分から20時00分まで

2 会場

愛・地球博記念公園 アイススケート場

3 プログラム名

スケート（ショートトラック）

4 講師（敬称略）

愛知県スケート連盟 鈴木 晃、森 秀明（他4名）

5 活動内容

2回目ということもあり、スケート靴等の着用もスムーズにでき、はじめにショートトラック選手による滑走のデモンストレーションを見学しました。

その後、リンクに入り、習熟度別に5つのグループに分かれて練習を行いました。技能レベルの高いグループでは、スタート時の加速に必要なスケータリングや、円の外周をスムーズに滑るスケータリングを学び、実際のショートトラックのレースに必要な技術を学びました。その他のグループでも、直線の加減速だけでなく、曲線を滑るための足の運び方の練習をしているグループも多くありました。休憩時には、自分自身が滑れるようになってきている実感から「休憩なしで、もっと滑りたい」と口にするアカデミー生もいました。

最後には、全グループ合同の自由滑走の時間があり、多くのアカデミー生がスピードに乗ったスケータリングを楽しんでいました。



用具を着用して準備運動



直線での加減速の練習



曲線（円）を滑る練習



選手によるレースの見学

競技体験プログラム【キッズ】活動報告

1 日時

2025年12月20日（土） 18時25分から20時00分まで

2 会場

愛・地球博記念公園 アイススケート場

3 プログラム名

スケート（ショートトラック）

4 講師（敬称略）

愛知県スケート連盟 鈴木 晃、吉村 博江（他4名）

5 活動内容

はじめに同年代のショートトラック選手による滑走のデモンストレーションを見学しました。選手の滑るスピードの速さに、驚きと称賛の声が上がりました。

その後、スケートの経験回数を基にしてグループに分かれ、氷上での滑走体験をしました。経験の浅いグループは、両かかとをつけ、手を広げてひざを曲げる基本姿勢で立つことから始め、足踏みをしながら進むことや止まり方、曲がり方などの基本動作を学びました。はじめは恐る恐る氷上に立っていたアカデミー生も講師のアドバイスを受け、徐々に滑る感覚をつかむことができるようになりました。これまでにスケート経験のあるグループは、足を交差して進む練習や少し早いスピードで滑る練習にも取り組みました。

活動終了時には、多くのアカデミー生からスケートの楽しさを味わうことができたという声上がり、次回の体験を楽しみにしている様子が伺えました。



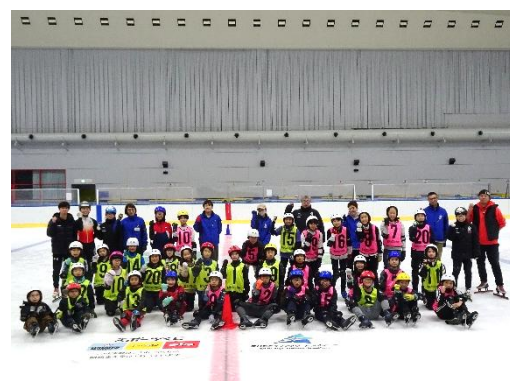
リンクサイドで基本姿勢の確認



氷上を足踏みで進む練習



片足に体重を乗せて滑る練習



集合写真