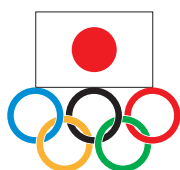


## スポーツ指導者海外研修事業

## 平成20年度帰国者報告書



財団法人 日本オリンピック委員会  
JAPANESE OLYMPIC COMMITTEE



# スポーツ指導者海外研修事業 平成20年度帰国者報告書目次

## 平成18年度長期派遣（2年）

工藤 昌巳（スキー／アルペン） ..... 3

## 平成19年度短期派遣（1年）

佐々木耕司（スキー／スノーボード・アルペン） .....13

### ○平成18年度長期派遣（2年） 1名

競技団体	氏名 (フリガナ)	競技・指導実績	研修地	研修期間	研修項目
1 スキー (アルペン)	工藤 昌巳 クドウ マサミ	99ボブラドユニバーシアード 冬季大会 SG7位 03青森アジア冬季競技大会 GS3位 00・02年全日本選手権 SG優勝 現役中のFIS公認大会にお ける優勝49回 全日本スキー連盟アルペン 女子ジュニアチームチーフ	オーストリア (インスブルック)	H18年5月26日 ～H20年5月24日	アルペンスキーコーチング について学び、オーストリア 国家検定アルペンスキー コーチ資格取得を目指す

### ○平成19年度短期派遣（1年） 1名

競技団体	氏名 (フリガナ)	競技・指導実績	研修地	研修期間	研修項目
1 スキー (スノーボード・ アルペン)	佐々木耕司 ササキ コウジ	ナショナルチームメンバー として3シーズンの間、国 際大会へ参加 95全日本選手権大会 1位 96全日本選手権大会 2位	カナダ (カルガリー)	H19年8月26日 ～H20年8月24日	コーチング技術、トレーニング 方法を習得し施設を視察。カナ ダのコーチングシステムやその 構築背景を研究。



## 研修員報告〈スキー／アルペン 工藤 昌巳〉



平成18年度・長期派遣（スキー／アルペン）



### I. 研修題目

- ・オーストリアアルペンスキーコーチングについて学び、オーストリア国家検定アルペンスキーコーチ資格取得を目指す。
- ・アルペンスキー界において重要な語学であるドイツ語の習得。

### II. 研修期間

平成18年5月26日～平成20年5月24日

### III. 研修地及び日程

#### (1) 主な研修先

オーストリアスキー連盟ヨーロッパカップチーム

#### (2) 受入関係者

オーストリアスキー連盟（アルペン部 ヨーロッパカップチーム）

- ・Klaus Leistner（オーストリアスキー連盟事務局長）
- ・Hans Pum（アルペン部長）
- ・Obkircher Gunter（ヨーロッパカップCheftrainer）

#### (3) 研修日程

##### ①通常研修

オーストリアヨーロッパカップチーム活動に帯同し研修を行った。

##### ②特別研修

オーストリアチームスタッフの一員として、ヨーロッパカップ、FISレースに帯同、各レースを転戦した。

### IV. 研修概要

#### (1) 研修題目の細目

- ①オーストリアヨーロッパカップについて
- ②オーストリアナショナルチーム構成
- ③オーストリアヨーロッパカップチーム練習・指導方法
- ④タレント育成の考え方・年間トレーニング計画の考え方
- ⑤スキー専門学校
- ⑥コーチ資格

## (2) 研修方法

オーストリアスキーチームヨーロッパカップチームに帯同しチームスタッフ（アシスタント）の1人として、チーム活動やレースを転戦し研修を行った。

## (3) 研修報告

### ①オーストリアヨーロッパカップチームについて

ヨーロッパカップチームは18歳から24歳の選手が指定を受けている。4年から5年間強化しワールドカップチームへ上げて行く。個々の能力により、1年又は2年間でワールドカップチームへ上がる選手もいる。必ずしも4年、5年間チームに在籍出来るとも限らず、やはり成績が出せない選手はチームから外されてしまう。チームの判断が非常に厳しい事を肌で感じる事が出来た。実際にチームキャンプに帯同してみると、チームに細かな規則等は特に無く、トレーニング以外は自己判断と自己責任で行動を行っている。雪上トレーニングはチームでしっかり管理を行い、また、コンディションキャンプは全選手が同じメニューをこなすが、スキーキャンプのコンディショントレーニングに関しては、トレーナーが管理する選手と個々に行う選手に分かれて行っている。ヨーロッパカップクラスからは自己判断と自己責任に任せて、選手個々がプロ意識を持ち行動している。

### ②オーストリアナショナルチーム構成

オーストリアナショナルチームは、ワールドカップチーム、ヨーロッパカップチーム、ジュニアチームとなっている。

#### ・ワールドカップチーム

2つの選手指定と、3つのトレーニンググループに分かれている。(06 / 07シーズンは4つのトレーニンググループであった)

選手指定は、ナショナルマンシャフト指定とA指定と区分している。

ナショナルマンシャフトは、ワールドカップランキングトップ15位以内の選手が指定され、A指定はワールドカップとヨーロッパカップに出場する選手が指定される。

トレーニンググループは、WC4、WC3、Tech&Kombiとなっている。

WC4グループ 4種目行う選手

WC3グループ 3種目行う選手 (GS SG DH)

Tech&Kombiグループ 技術系・スーパーコンビ行う選手 (DH SG行う選手も含む)

#### ・ヨーロッパカップチーム

ヨーロッパカップチームは、チーム内で2つのグループに分かれている。

スピード系グループ 3種目行う選手 (コンビも含む)

技術系グループ GS、SLを行う選手 (一部スピード系を行う選手も含む)



・ジュニアチーム

ジュニアチームは、基本的には全種目を全選手が行う。18～19歳位になると技術系、スピード系に分かれる。

・コーチ・スタッフ

各トレーニンググループには、チーフコーチ、アシスタントコーチ、コンディショントレーナー、マッサージ師になっている。各トレーニンググループで技術系からスピード系までトレーニングを行うため、コーチも技術系担当、スピード系担当と分かれている。一つのトレーニンググループで技術系からスピード系までのトレーニングを可能にするチーム構成で行っている。

③AUTヨーロッパカップチーム練習・指導方法

ヨーロッパカップチームのトレーニングキャンプは、5月中旬から雪上トレーニングが開始される。そのため、チーフコーチは4月中旬までにトレーニングプランを作成する。(12月まで)先シーズンの反省を踏まえ細かな修正を行い、最終的にヘッドコーチとトレーニングプランの確認を行い決定する。基本的には滑走日数等毎年同じであるが、トレーニングが天候や氷河等の状



況に左右するため、その都度特に天候と雪のコンディションが良いときに、選手を集めキャンプを行う。冬は11月末から始まるヨーロッパカップまで、約50日前後の雪上トレーニングを行う。スプリングキャンプでは、基本トレーニングからはじまりGSを重点的にを行い、上体の安定、ターンを作り上げる等の練習を行い、その後SGを行いスピード練習へ移行していく。特にシーズン中に行うことが出来ない、スタート練習やクロージングフォームの確認、足裏の圧のかけ方など確認する。スプリングキャンプは天候や雪のコンディションにもよるが、3週間程行う。本格的な雪上練習は8月から始まる。この時期から技術系とスピード系のトレーニンググループに分かれ練習を行う。練習内容はチーフコーチが各担当コーチへ指示し行われる。技術系グループはSL、GSを中心に毎回タイム計測を行い、滑りを組み立てる。スピード系グループはGS、SGを中心に行うという練習内容である。雪上でも技術指導は行うが、より細かな指導は個別に分析ソフトを使用しビデオミーティングで行う。雪上で試した滑りとタイムがどのように現れ、どの滑りが良いかをコーチが分析し選手に指導する。夏の雪上練習は約2週間程である。9、10、11月からは毎週雪上練習を行う。雪上練習も量から質に徐々に移行していく。10月後半から11月は毎日タイムレースを行い、ヨーロッパカップの選考を行う。全選手が出場出来るわけではないため、シーズン初めはヨーロッパカップ組とFISレース組に分かれレースに参戦する。







基本作りのトレーニング（ベーシック作りのトレーニング）11歳から15歳の考え方

- ・理想的な（完璧な）GS、SLターンを作り上げる。フリースキーで50%、ポールトレーニングで50%トレーニング行う。
- ・SGとDHの要素のスピードに近づけていく。
- ・今までのトレーニングを同じ様に反復する。
- ・大会やトレーニングで技術の確認を行う。
- ・取得した技術で斜面、雪質等さらに難しい条件でフリースキーを行う。
- ・十分な試合技術を身に付ける。

最終的トレーニング 15歳から19歳のトレーニングの考え方

- ・GSとSLターンで難しい斜面（様々な斜面）を滑る
- ・SGとDHの本格的なトレーニングを開始し、レースにも挑戦する。トレーニング強度と、トレーニング環境を高める。
- ・例えば、15歳～16歳でGS、SLゲートを2500旗門トレーニング時期にこなす。
- ・大会に出場するための正確な計画（試合日程計画）。重要なのは、試合と試合の間にトレーニングすることである。
- ・個々に安定したレーステクニックを目指す。

年間計画の考え方（ジュニア期）

6月～8月

4～5日間、氷河を利用しフリースキーを行う。

基本トレーニングを低速で行う。Schuleプログラム（基本トレーニングエクササイズ）など。

マテリアルの調整も同時に行う。

9月～10月

4～5日間、GS、SL基本技術トレーニングを行う。

6～8日間、今まで行ってきたトレーニングを持続し（基本トレーニングも含む）GS、SLの実践トレーニングを行う。SGトレーニング（SG要素が含まれる程度）も行う。

11月～12月

8～10日間、GS、SL、SGのトレーニングを行う。

4～5日間、GS、SL、SGの大会に向けたトレーニングを行う。

1月・3月

大会は最大で30試合とする。

インターナショナルレースに2～3試合に参戦する。

シーズン中も実践トレーニングを行い、技術の向上を目指す。

SGトレーニングも行う。（SG要素が入る。個々のレベルによる）

レースの間にオフを取り入れてコンディションを整える。

4月～5月（イースター休日を利用して）

フリースキーを行う。



オフピステ  
ビックフット  
ショートスキー  
テレマークスキー  
フリースキーで様々な雪質、斜面を滑る。

子供（10歳以下）

9月～10月

4～5日間、フリースキーを行う。

基本トレーニングを行う。

11月～12月

6～12日間、基本トレーニングの向上。

基本トレーニングから実践トレーニングへ移行する。

4～6日間、GS、SLの実践トレーニングを行う。（レーステクニク）

1月～3月

大会は最大で20試合とする。

シーズン中も実践トレーニングを行い、技術の向上を目指す。

4月～5月

フリースキーを行う。（Schuleプログラム）

#### ⑤スキー専門学校

オーストリアにはスキー専門学校が存在し、ここを中心にジュニア期は強化を行っている。スキー専門学校はスキー中学とスキー高校が各州にあり（州によってはスポーツ専門学校になる）進学するにはスキー受験をしなければならない。オーストリアは選手育成より、教育システムで強化をしている割合が大きい。もちろん選手育成も行っている。

このスキー専門学校で専門的なトレーニングを行い、選手はスキー教育を受けている。

シュタムススキー専門高校の場合

雪上、コンディショントレーニングは男女に分かれ行う。コーチは男子担当が8名、女子担当が6名。夏場のコンディショントレーニングも指定別に分かれてトレーニングを行っている。

指定別

オーストリアジュニアチーム指定選手

チロル州スキー連盟指定選手

何も指定を受けていない選手

だまかに3グループに分かれて行われる。

オーストリア年代別

年代別	クラス	スキー連盟	専門教育	指定	レースシステム
10歳以下	K1/K2		スキークラブ 両親	なし	
11歳～12歳	SCH 1	州スキー連盟	スキークラブ 州スキー連盟 スキー専門中学 へ入学	州指定・地域指定	地域大会、州大会、oesvポイント大会、 インターナショナル大会等に参加する
13歳～14歳	SCH 2	州スキー連盟	スキークラブ 州スキー連盟 スキー専門中学	州指定・地域指定	地域大会、州大会、oesvポイント大会、 インターナショナル大会等に参加する
15歳～16歳	JGD 1	州スキー連盟	州スキー連盟 スキー専門中学 スキー専門高校	州指定	2年間はFIS大会、各国のFIS大会に参戦 し、オーストリアスキーチームの指定を 目指す。
17歳～18歳	JGD 2	州スキー連盟 オーストリアス キー連盟	州スキー連盟 オーストリアス キー連盟 スキー専門高校	州指定 オーストリアナショナ ルチームジュニア指定	FIS大会、最初のヨーロッパカップに出 場する（トライする）
19歳	JGD 2	オーストリアス キー連盟	州スキー連盟 オーストリアス キー連盟	州指定 オーストリアナショナ ルチーム ジュニア指定・B指定	FISレース・ヨーロッパカップ・最初の ワールドカップに出場する（トライする）
19歳以上	全ての クラス	オーストリアス キー連盟	オーストリアス キー連盟	オーストリアナショナ ルチーム ナショナルチーム指定 A指定・B指定	FISレース・ヨーロッパカップ・ワール ドカップ

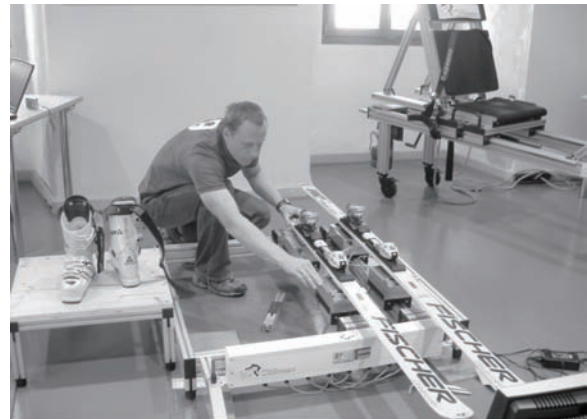
平成18年度・長期派遣（スキー／アルペン）



TRAININGSPLANUNG-GRUNDLAGENTRAINIG

	Vorbereitungsperiode I Juli - August	Vorbereitungsperiode II September - Oktober	Vorbereitungsperiode III November - Dezember	Wettkampfperiode Jänner - März	Übergangsperiode April - Juni
<b>Schwerpunkte Schnelltraining</b>		Schulung der Grundrententechnik, Gewandtheitsformen ("skispezifische Vielseitigkeit") 4-5 Tage	6-12 Schneetage: Feintomung der Grundtechnik mit spez. Bewegungsaufgaben; Aufbau der Rententechnik  Weihnachtsferien: Rententechnik in Slalom / Riesenslalom und Elementeschulung - 4-6 Tage	Teilnahme an maximal 20 Wett- kämpfen (Verein/Bezirk/Land) Weiterentwicklung der Rententechnik, Stabilisierung der Grundrententechnik mit Technikprogramm, bewusste Pausengestaltung, Gewandtheitsformen	"Freies Skifahren" in den Osterferien ("skispezifische Vielseitigkeit")
<b>Schwerpunkte Konditionstraining</b>	Möglichst vielfältige sportliche Betätigung ohne spezielle Zielsetzung oder Regelmäßigkeit, Gestaltung der Ferienzeit durch die Eltern  Allgemeine Ausdauer: Spiele (Fußball, Tennis, ...)  Koordinationschulung: durch betriebs verschiedene Sportarten, einzelne Übungen	<b>Grundlagenausdauer:</b> "umfangsbezogen"  <b>Allgemeine Kraft:</b> "Körperstatik" <b>Kraftausdauer:</b> extensiv  Koordination, Schnelligkeit, Schnellkraft, Beweglichkeit; wird ergänzend trainiert durch gezielte TE oder durch Spiele, Leichtathletik, Laufschule, Kampfsportarten, Dehnprogramm	<b>Schnellkraft / Schnelligkeit / Koordination</b>  <b>Grundlagenausdauer:</b> Spielformen, Langlaufen, ...  Kraftausdauer: Abhängig vom Schwermoment zur Rumpfbereich und/oder Beine  Beweglichkeit Ausgleichssportarten	<b>Erhaltendes Training:</b> Schnellkraft Kraftausdauer Körperstatik Grundlagenausdauer Beweglichkeit Koordination / Schnelligkeit	Betreiben von Ausgleichssportarten  Körperliche Aktivität nach Lust und Laune  Ev. Haltungsgymnastik
<b>Beispiele für Trainingsinhalte pro Woche</b>	Trainingswirksame Zeit im A-Bereich = ca. 1 Std.: 2x30 Min. Laufen oder 2-3 Stunden Radfahren oder 2-4 Stunden Bergwandern oder Spiele 2 Std. (nur die halbe Zeit wird gerechnet)  Turnen Wasserspringen,...	<b>3-4 Konditionseinheiten:</b> 1 Kraft: TE-C, TE-A 2 Ergänzende Inhalte / jede 2. Woche TE-F od. TE-B 3 Erholung 4 Ausdauer: TE-D-(a-c) 5 Erholung (Ausgleichssport) 6 Ausdauer: TE-D-(a-c) - jede 2. Woche 7 Erholung	<b>3-4 Konditionseinheiten:</b> 1 SK/S/Koo: TE-B 2 Ausgleichssport od. Koordination TE-F 3 Erholung 4 Kraftausdauer TE-A, TE-C 5 Ausdauer TE-D oder Spiel 6 Erholung (Ausgleichssport) 7 Erholung	<b>3-4 SE (inkl. Rennen) / 1-2 KE:</b> • Ausgleichssport, TE-G od. Ausdauer erhaltend • Kraftausdauer TE-C, F oder bei nur 3 Schneetagen, wenn danach 1-2 Erholungstage sind: TE-A • nach mind. einem Erholungstag 1x SK: Übungen aus TE-B	Keine völlige Inaktivität  Hochintensive Belastungen vermeiden
<b>Anmerkungen</b>	Sportärztliche Untersuchung!	Pro Schnelltrainingstag entfällt eine KE od. es wird nur erhaltend trainiert. "Konditionstest 1 am Beginn der Periode!	Pro Schnelltrainingstag entfällt eine KE od. es wird nur erhaltend trainiert. "Konditionstest 2 am Beginn der Periode!	Bei 3-4 Schneetagen können wöchentlich abwechselnd Kraftausdauer-, Ausdauer- oder Schnellkrafteinheiten durchgeführt werden!	Diese Zeit soll zur körperlichen u. psychischen Erholung genutzt werden!

Grundlagenschnitz



TRAININGSPLANUNG-AUFBAUTRAINING

	Vorbereitungsperiode I Juni - August	Vorbereitungsperiode II September - Oktober	Vorbereitungsperiode III November - Dezember	Wettkampfperiode Jänner - März	Übergangsperiode April - Mai
<b>Schwerpunkte Schnellkrafttraining</b>	4-5 Schneetage am Gletscher mit vorwiegend freiem Skilaut; Anpassung und Gewöhnung an neues Material und "Schulefahren"	Grundtechnik in RS und SL; stangenungebundenes Techniktraining - 4-5 Tage  Aufbau der Renntechnik in RS u. SL; Festigung der Grundtechnik; Gewandheitsformen mit Elementeschulung in SG u. AF - 6-8 Tage	Renntechnik in RS u. SL; Elementeschulung in SG u. AF 8-10 Tage  Wettkampfnahes Training in den Disziplinen SL, RS u. SG 4-5 Tage	Teilnahme an maximal 30 regionalen, nationalen Wettkämpfen und 2-4 internationale Wettkämpfe; Stabilisierung der Renntechnik; Gewandheitsformen; Rennpausen beachten (Kondition, freies Wochenende); Elementeschulung in SG und AF	"Freies Skifahren" in den Osterferien - skispezifische Vielseitigkeit Geländefahren Bigfoot,...
<b>Schwerpunkte Konditionstraining</b>	<b>Grundlagenausdauer:</b> Laufen, Radfahren, ... Spiele (Fußball, Tennis, ...)  <b>Allg. Kraft:</b> Körperstärk <b>Schnellkraft:</b> Spiele, Sprünge  Koordinationschulung: durch verschiedene Sportarten, einzelne Übungen  Vielfältige Sportaktivität	<b>Muskelaufbautraining:</b> nur im zweiten Teil der Pubertät <b>Kraftausdauer:</b> extensiv, Schnellkraftausdauer  <b>Grundlagenausdauer</b>  Koordination, Schnelligkeit, Beweglichkeit; ergänzend in Stationsbetrieben od. durch Spiele, Leichtathletik, Kampfsportarten, Dehnprogramm	<b>Schnellkraft/ Schnelligkeit</b> Begleitend: Beweglichkeit u. Koordination  <b>Kraftausdauer:</b> abhängig von Schneetraining vor Kampfbereich erstklassiger Skisport KA-Bere, 2-3 intensive Einheiten  Grundlagenausdauer: Spielformen, Langlaufen, ...	<b>Erhaltendes Training:</b> Schnellkraft Kraftausdauer Körperstärk Grundlagenausdauer Beweglichkeit Koordination / Schnelligkeit	Betreiben von Ausgleichssportarten  Aktive Erholung  Arbeit an individuellen Schwächen speziell aus präventiver Sicht: Körperstärk, Beweglichkeit, Koordination
<b>Beispiele für Trainingsinhalte pro Woche</b>	<b>2-3 Konditionseinheiten:</b> • Ausdauer: TE-N, mind. 3 Einheiten in 2 Wochen  • Kraft: TE-L, TE-C, TE-F, TE-K abwechselnd  • Spiele, Turnen, LA, ...	<b>3-5 Konditionseinheiten:</b> 1 Schnellkraftausdauer: TE-I 2 Kraft: (TE-J), TE-L, TE-F 3 Erholung 4 Ergänzende Inhalte siehe o. 5 Kraftausdauer: beginnend mit TE-A dann TE-H 6 Ausdauer: TE-N 7 Erholung	<b>3-5 Konditionseinheiten:</b> 1 Schnelligkeit/Koordination: TE-M, od. Kraft TE-L 2 Schnellkraft: TE-K 3 Spiel, Ausgleich (TE-O-b) 4 Ausdauer: TE-N 5 Kraftausdauer: TE-H 6 Erholung 7 Erholung	<b>4-5 SE (inkl. Rennen) / 1-2 TE:</b> • Ausgleich nach dem Schneetraining TE-O-(a-c) ev. Ausdauer TE-N, E • Schnellkraft / Schnelligkeit / Koordination nach Erholungstagen: TE-K, M • Kraftausdauer: TE-H, I wenn kein Schneetraining	Keine völlige Inaktivität  Hochintensive Belastungen vermeiden  Haltungsgymnastik  Ausdauertraining
<b>Anmerkungen</b>	Sportärztliche Untersuchung!  Ca. 3 Wochen ohne regelmäßiges Training!	Pro Schneetraining entfällt eine Konditionseinheit!  Konditionstest 1 am Beginn der Periode!	Bei 4-tägigen Schneekursen bleiben 1-2 Konditionseinheiten!  Konditionstest 2 gegen Ende der Periode!	Die Inhalte des erhaltenden Trainings werden in Abhängigkeit der SE gezielt variiert!	Diese Zeit soll zur körperlichen und psychischen Erholung genutzt werden!





### 学校の1日の流れ

授業は午前中と夕方に分かれている。普段のコンディショントレーニングは午後2時から夕方の授業が始まる前まで行われる。そのため学校は全寮生で生活をしている。ただし週末やその他の休みの日は寮が解散になる。雪上トレーニングは夏休みを利用し行われる。オーストリアは基本的に夏休みが2ヶ月程あり、夏休みを利用しシーズン初めに基本等を作り上げるトレーニングを行う。

オーストリアチームの指定を受けている選手は基本的にはチーム活動に参加し、州指定選手は州スキー連盟の活動に参加する。指定を何も受けてない選手は学校の活動のみになる。州スキー連盟はスキー専門高校と常に連携し強化を図り、州出身選手を強化している。オーストリアはスキー専門学校システムがあり、19歳までに優秀な選手が出てくるシステムになっている。ヨーロッパカップやワールドカップになるとさらに高い能力が要求されるが、ジュニア期で必要とされる事はすべて行う事が出来る環境が整っている。この辺が日本との一番大きな違いである。

### ⑥コーチ資格

オーストリアで指導を行うには必ず、Dトレーナー、Cトレーナーの資格が必要である。Dトレーナーは14歳以下をCトレーナーは15歳以上を指導する資格である。この資格制度によりオーストリアは指導者養成を行っている。スポーツ全般の事や



スキー技術の事を学ぶ。トレーナー養成コースでオーストリアの強化方法や技術論などを学ぶ事により、一貫指導を行う事が出来ている。私もCトレーナーの入学試験を受け一次試験は無事合格。今後、数年をかけ資格取得を目指す。

#### (4) 研修を終えて

今回の研修を終えてオーストリア、日本の一番の違いはスキー環境の違いと、指導者の違いを感じた。日本は今まで指導者を育成する為の資格、養成コース等が無く、各指導者は今までの経験や周りから情報収集をしていた。オーストリアの強化システムはオーストリアにマッチしているものであり、今後の日本には日本の環境に合ったシステム、育成プログラムが必要であると感じた。日本は学校教育の一環である部活で強化を行っている為、ジュニア期は各学校とスキー連盟が密に連携し、情報交換が必要である。今後の課題である指導者育成も行う必要性を強く感じた。

#### (5) その他

2年間にわたり素晴らしい機会を与えてくれた、日本オリンピック委員会、全日本スキー連盟、そして心良く私を受け入れてくれたオーストリアスキー連盟に心から感謝申し上げます。本研修で学んだこと、経験したことを活かし今後も多くの事を学び選手強化育成に貢献していきたいと思えます。

## 研修員報告〈スキー／スノーボード 佐々木耕司〉



平成19年度・短期派遣（スキー／スノーボード）



### I. 研修題目

スノーボードのコーチング技術の習得及びトレーニング方法を学ぶ。  
カナダのコーチングシステムやその構築背景を研究し、施設の視察を行う。

### II. 研修期間

平成19年8月26日～平成20年8月24日  
（平成20年8月25日～10月22日は現地に滞在して自主研修）

### III. 研修地及び日程

#### （1）主な研修先

National Coach Institute (Calgary) (略称NCI、カナダ・カルガリー)  
Canada Snowboard Federation (略称CSF)  
Calgary Snowboard Club (略称CSC)

#### （2）受入関係者

Mr. Jon Kolb (NCIディレクター)  
Mr. Mark Ballard (マスターコーチ)  
Mr. Christian Hrab (CSFハイパフォーマンスディレクター)

#### （3）研修日程

##### ①通常研修

- ・ National Coach Instituteにてカナダのコーチ育成コースを受講し、指導法を研修する。
- ・ カナダの選手育成法および技術を、実践の現場におけるトレーニングの中で学ぶ。雪上におけるコーチング技術、コミュニケーション、リーダーシップ、マネジメント技術の習得、など。
- ・ 語学研修

##### ②特別研修

- ・ 国際大会（ジュニア世界選手権大会）と国内・北米大会の視察。
- ・ カナダナショナルチームとの合同トレーニング。  
詳細は以下のとおり。

2007年11月4日～16日 ノースアメリカンカップ事前合宿&参戦  
（カッパースキー場：アメリカ・コロラド）現地にてカナダとアメリカのナショナルチームのトレーニングを視察する



- 2008年2月3日～8日 ノースアメリカンカップ参戦  
(パークシティー：アメリカ・ユタ)
- 2008年3月16日～23日 ジュニア世界選手権大会を視察  
(バルマレンコ：イタリア)
- 2008年6月7日、8日、14日、15日 NCCP Level 3の講習の聴講
- 2008年9月25日～10月2日 ファーナム氷河にて雪上トレーニング  
(ブリティッシュコロンビア州・カナダ)

#### IV. 研修概要

##### (1) 研修題目の細目

- ①カナダにおけるコーチ育成プログラム (NCCP、CSF)
- ②スノーボードコーチング技術、トレーニング方法
- ③カナダにおけるスノーボード事情
- ④カナダのスノーボードチーム
- ⑤カナダのトレーニング環境・施設
- ⑥世界のスノーボードの流れと今後の日本について

##### (2) 研修方法および目的

カナダのスノーボードチームでは、2010年のバンクーバー冬季オリンピックに向けてトップ選手の育成とその底辺の育成を行っている。そこで、カナダのスノーボード事情を選手強化とコーチ育成の双方から調査することを目的にナショナル・コーチ・インスティテュート（以下NCI）にて、NCCPレベル4を受講し、そのノウハウを研修した。実技研修は、カルガリースノーボードチーム（以下CSC）のトレーニングキャンプや大会遠征に帯同して、クラブチームの運営状況、強化プログラム、コーチ間のコミュニケーション・リーダーシップ、コーチングスキルを観察するとともに、カナダナショナルチームやUSナショナルチームのトレーニング状況を観察、北米の環境、施設、強化システムを調査した。講義や実技研修以外のさまざまな活動（ボランティアコーチ達との集いや父母とのコミュニケーション、子供のクラブ活動や学校行事等）を通じて、日本と北米の文化の違い（主にコーチングスタイル、コミュニケーション方法、選手へのアドバイス、等）を学んだ。

##### (3) 研修報告

###### ①カナダにおけるコーチ育成プログラム (NCCP)

カナダのコーチ育成プログラムは、Coaching Association of Canada（コーチング・アソシエーション・カナダ、以下CAC）にて開発され、各州に設置されている地方コーチ連盟を通じて全土に提供されている。CACの目的は、全てのレベルのコーチの質の向上を通じて選手の実績を向上させることであり、プログラムの開発やコーチ教育、プロフェッショナルコーチのサポート、コーチ業に関わるプロモーションなどを主な業務として行っている。

CACにより提供されるコーチプログラムであるNational Coaching Certification



Program（ナショナル・コーチング・サーティフィケーション・プログラム、以下NCCP）が、カナダのコーチングにおけるベーシックプログラムであり、すべてコーチが選手の発展段階やレベルに応じた適正なコーチング能力、指導能力を身につけていくためのプログラムである。



写真1 NTCの正面玄関（カルガリー大学内）

＜プログラムの構成＞

プログラムは、レベル1から始まり、レベル5までの5段階で構成され、表1のような内容で分類されている。

表1

レベル	対 象	トレーニングの目標
レベル1	地域・学校・クラブ指導者（町単位）	スポーツの基本動作の習得
レベル2	地域・学校・クラブ指導者（町単位）	スポーツシーズンのみのトレーニング
レベル3	地域・学校・クラブ指導者（州単位）	年間トレーニング
レベル4	トップチーム（ナショナルチーム含む）	数年間におよぶトレーニング
レベル5	トップチーム（オリンピック候補選手を含む）	数年間におよぶトレーニング

※レベル1～3までは育成のためのコーチングであり、レベル4～5は競技で勝たせることを目標としたプログラムである。

NCIについて

NCCPレベル4および5のプログラムを提供しているNational Coaching Institute（ナショナル・コーチング・インスティテュート、以下NCI）はカナダ全土に8カ所（8校）あり、今回私がレベル4およびレベル5のプログラムを受講したカルガリー校は、カルガリー大学内にその機関があり、近郊にはスキー場が多数点在する環境にある。（カルガリー市に1つ、バンフに3つ、バンフエリア外に約5つ）



写真2 Mt.Norquayスキー場（CSCのホームゲレンデ）

NCIの内容は、理論講習をナショナルコーチセンターのあるカルガリー大学構内の教室にて受講し、実技講習は冬、雪が降り近郊のスキー場がオープンした後に、Mark Ballard（カナディアンマスターコーチ）のもとで受講した。理論講習は、カナダのトップクラスのコーチ達（リュージュ、アイスホッケー、カーリング、サッカー、スイミング、体操、スピードスケート、フェンシング、スキー）と一緒に受講し、他競技の





写真3 NCI受講の仲間達と一緒に記念撮影



写真4 授業の様子



写真5 Leadership講義の様子



写真6 プレゼンテーションの様子

コーチの言動に多くの発見や刺激を受けた。

NCIは、カナダのコーチ共通の資格であるレベル4の取得（最高はレベル5）が必修であり、その講義にてハイパフォーマンスアスリートやナショナルレベルの選手を対象としたコーチング理論や手法を多く学んだ。インターナショナル生徒は私とドイツ人（リュージュ）の2人であった。インターナショナル生徒は、レベル4からの直接受講が可能だが、カナディアンコーチは事前にレベル3までの取得かつ3年以上の実務経験が必修条件であり、コーチとしての十分な知識と十分な経験が要求される。カナダのハイパフォーマンスコーチ（代表コーチ）の使命はカナダのハイパフォーマンスアスリート（いわゆる国の代表選手）を指導し、世界大会でメダルを獲得する模範指導者となることであるため、しっかりと知識と経験が要求される。

#### NCIのカリキュラム

・理論プログラムの特徴：スポーツ科学をベースとしたに全20テーマ（表2参照）

授業内容は日本のものと大きく異なり、講師の授業を受講した後に、テーマにそった発表や講義の内容をまとめプレゼンテーションを行うというスタイルが主流である。その他としては、筆記テストや課題の提出、他人のプレゼンテーショ

表2 理論講習内容 レベル4およびレベル5

レベル4必修項目
1. エナジーシステム (Task1)
2. ストレングストレーニング (優秀な選手向け) (Task2)
3. 栄養学 (Task4)
4. リカバリーと再生 (Task6)
5. コーチのためのメンタルトレーニング (Task7)
6. 選手のためのメンタルトレーニング (Task8)
7. 各スポーツ種目のスキルトレーニング (Task9)
8. 各スポーツ種目の戦略と戦術の計画と実行 (Task11)
9. ペリオダイゼーション (区分計画トレーニングプログラム) (Task12)
10. 長期育成計画 (Task16)
11. リーダーシップ (Task17)
レベル5必修項目
1. 環境ファクターとパフォーマンス (Task5)
2. バイオメカニクスの分析 (PCを用いた上級スキル) (Task10)
3. スポーツビジネス (Task18)
4. カナダのスポーツシステム (Task19)
5. ナショナルチームプログラム (Task20)
ディプロマープログラム必修項目
1. 各スポーツ種目のスキルトレーニング (Task3)
2. パフォーマンスの分析ファクター (Task13)
3. 各スポーツ種目のトレーニングキャンプの計画と実行 (Task14)
4. 各スポーツ種目の試合遠征の計画と実行 (Task15)

ンを聞き、フィードバックを行うというものがあつた。課題(宿題)は、小テストやレポートの提出以外に、実習形式のものやVTRを使用するという今まで経験したことがないものであつた。“じっと机にすわつて講師のいうことを聞いて知識を覚える”という日本の授業形式と大きく異なつたスタイルであつたため、慣れるまでに苦労したが、クラスメイトの助けを受けながら徐々に慣れ、数多くのプレゼンテーションをこなしていくうちに、最後には、プレゼンテーションを盛り上げる方法を身につけるにまでになつた。

理論講習はスポーツ科学に関する講義を受け、各自の競技種目を分析、予見、予測、複合、アレンジし、年間トレーニングプランを完成させることを目的に行われる。

受講して印象に残つたものを以下へ記す。

#### Task4 栄養学 (Nutrition)

自身が普段食べたものの成分分析からスタートし、栄養の基礎講習、食事に関わる病気、ファーストフード店で食事をした場合の摂取成分の分析やトレーニング後のリカバリーに大切な要素等を学んだ。講義の様子は、講師の話の聞くだけでなく、実際に各栄養素の含有量を計算したり、アスリートに必要なカロリーの献立を作成したりという実習形式が多く、受講後すぐに選手や指導者へこれらの



ことを伝達できるように配慮された講習内容で、とてもためになった。

#### Task6 リカバリーと再生 (Recovery & Regeneration)

トレーニングからの正しいリカバリー方法、オーバーワークを防ぐ手法、アンダーリカバリーの兆候やそれを事前に察知して選手をケガから守る手法等に関する講義を受けた。実技の課題として、選手とコーチ（私）の毎日の安静時脈拍を30日間測定した後、そのデータを分析することでさまざまな疲労と回復の傾向とリカバリーの手法、トレーニングプログラム作成への役立て方を学んだ。このような選手や自身が題材となった実践的な課題は、実践する際に手際よく効率的に行えらるとてもよい手法であり強く印象に残っているので、とてもよい方法であると感じた。

#### Task10 バイオメカニクス的分析 (Biomechanics)

選手のパフォーマンスの動画を“Dartfish”という動作解析ソフトを使って分析、解析するというものであり、課題は分析・解析した動画を決められたフォーマットに作成して提出という即現場にて応用できるものであった。このような即時役に立つ講習が多く行われているカリキュラムが、しっかりと整備されているカナダのコーチングシステムは、この国のスポーツに対する取り組み方を現すと共に、育成強化が機能している要因の一つであり、強さの源であると感じた。また、日本のすべてのスポーツにおいてこのようなコーチングシステムが早く構築されることが競技力の向上に役立つと思った。

#### Task16 長期育成計画 (Athlete Long Term Development)

少年期から成人になるまでの選手育成のアウトラインを人間の成長過程とともに示したもので、とても興味深い内容の講義であった。感心した点としては、カナダのコーチングシステムのほとんどが、すべてこのALTD（現LTAD）に基づき、各競技団体で独自の専門コーチングメソッドが作成され、それに沿った強化が行われているため、一貫した指導体系が確立し、効率の良い強化がなされていることである。

#### Task17 リーダーシップ (Leadership)

道徳やコーチ哲学、フィロソフィー、指導者として、指導力、等を人間の行動や生き方をもとに学んだ。小グループに分かれてのディスカッションやゲストスピーカーのプレゼンテーション等講義の内容は広範囲にわたるもので、私の語学力では少々厳しいものがあつたが、ハイパフォーマンスコーチを目指す同僚達の暖かい支援を受け、何とかクリアすることができた。この講義では、欧米人と日本人のリーダーシップの違い（前者の代表的なものとしては参加型や協調型であり、後者は独裁型や調整型）が個々の文化に大きく影響していることを改めて実感することができた。講義最終日に行ったプレゼンテーションにおいては、“カナダと日本の文化の違いによるリーダーシップ論”を発表して、理論講習の中で



一番難関であったこの科目を無事に終えることができた。

#### Task18 スポーツビジネス (Business Practice)

ビジネス運営に必要なスキルやインターネットの活用方法(プロフィール作成、ホームページの掲載等) やさまざまなケーススタディー “例：スポーツビジネスモデルの成功例・失敗例、ジュニア選手の両親との金銭面のトラブル等” を学んだ。この授業で感じたこととして、カナダの大きな組織で働いているコーチは、ビジネス運営についての知識やノウハウが乏しいが自分を売り込むノウハウに詳しく、小さな団体で一人何役もこなしているコーチほど、ビジネス運営についての知識を多く持っているが、自分を売り込むノウハウに乏しいという傾向があった。コーチスタッフやチーム全体をマネジメントするには、ビジネスに関する最低限の知識があった方が良く、もしスペシャリストがいた場合は、運営面の労力が分業できるため、理想に近い良いチーム体制を築いていくことが可能になると感じた。

上記のさまざまな講義を受講した中ではリーダーシップについての講義内容がもっとも印象に残った。リーダーシップの講義内容は、“こうしたものが正しい言動や振る舞いである” や “それらのことをしないように” というような固定観念は一切なく、様々なケースにおけるコーチとして考え方や振る舞い、選手や保護者の心理状態を考えた適切な行動とは何か? というそれぞれの状況において、考え得べき手法を導き出すことや、その方法を主として指導され、そのために必要な知識は書物や同僚のコーチの経験や仲間とのディスカッションから得るという手法にて学んだ。また、その講師の振る舞いや話術、講義の進め方を通じて、信頼により人を統率する術を学んだ。一例をあげると “自分の発言に責任を持ち、必ず実行すること” や、“全ての人と平等にかつ誠実に接すること” 等があり、講師が自分の振る舞いを見せることで生徒に学ばせようとしていたことや自ら察知する力を向上させていくために敏感にアンテナを張りめぐらせることの大切さを気づかせるというものがすばらしいと感じた。

#### 実習プログラム (雪上トレーニング)

カルガリースノーボードクラブが長期大会遠征から帰省した1月中旬よりカルガリー・バンフのスキー場での雪上トレーニングを開始した。クラブ員の中の2名の女子選手を専属でコーチングし、今のレベルよりも一つ上のカテゴリーへ上げるという目標にて実践トレーニングを行った。トレーニング場所は、カルガリーから車で1時間ほどの距離にあるMt. NorquayにてフリーライディングとGSのゲートトレーニングを、カルガリー市内にあるCanada Olympic Park (以下C.O.P)にてSLのゲートトレーニングを行った。雪上トレーニングの後は、C.O.Pの敷地内にあるジムにて、各自フィジカルトレーニングやコンディショントレーニングをしっかりと行い、自宅に帰るというライフスタイルが定着している。トレーニングをするスキー場は、積雪が少なく寒いため、乾いた雪質でバーンが堅くしまっ



ているので、バーンが荒れずに良い条件下でトレーニングができることが強い選手が育つ要因の一つであると思う。2月には、ノースアメリカンカップへ参戦のためPark Cityスキー場（2002ソルトレークシティー冬季オリンピックの開催地）へ行った。現地まで車で約14時間をかけて移動した際に、あらためて北米大陸の広大さを実感した。大会にはアメリカ、カナダの各地から多くのスノーボードチーム（USナショナルチーム全員含む）が参戦しており、レベルの高い大会となった。USナショナルチームとその下のクラブチームを含む全てのチームはとても仲が良く、さまざまな情報交換（その後の大会情報や選手の情報・状態、チームに関する事、用具に関する事等）が行われていた。レース中は各国の順位争いにとっても熱狂的になり、お互いを牽制するようなムードであるにもかかわらず、レース終了後はお互いの健闘を祝福しフレンドリーに仲良くしていたことが印象に残った。

3月には、イタリアで開催されたジュニア世界選手権大会へ日本チームに帯同し視察に行った。本大会は約20カ国から総勢300名の選手にて開催され、日本チームはハープパイプ種目の男子が銀・銅メダルを獲得、パラレル種目では男子が4位と7位という好成績を取めた。スノーボードの種目において、これらのジュニア期の好成績は以前にも実績があるが、成人となった際の世界選手権大会で成績が残せないことは未だに課題となっている。それらは、受験期にトレーニングや競技活動を一時休止したり、長期的な強化がなされていないという背景がある。それらの問題を改善していくためには、少年期からの一貫した指導を行っていくことと、発達レベルの段階に適した強化を行っていくことが急務であると感じた。

#### マスターコーチ制度

師匠となるマスターコーチは、経験豊富で選手の指導・育成能力が高いコーチで各NF（競技団体）から選出される。私の場合は、カナダスノーボード協会Canada Snowboard Federation（以下CSF）を通じて、Mark Ballardがマスターコーチとして任命された。彼のコーチングの大きな2つの特徴としては、“選手からの意見を十分に取り入れて選手自身で考えさせる”ということと、“ものごとをできるだけシンプルに伝える”というものである。前者の例としては、「今のすべりはどうだったか?」「どうしたらもっと良くなると思う?」「そのためにはどうしたらよい?」というような言葉をかけることで、選手自身が思考する習慣が身につく、トレーニングや試合の際にその思考力を発揮することで早いレベルアップが可能となる。後者の例としては、選手がスノーボードに圧を加えるのが遅くて失



写真7 Park Cityスキー場にてコーチ達と  
（右からマスターコーチのMark、選手の父親：  
リュージュ元世界チャンピオン、私）

敗してしまった時、その原因は体のポスターが崩れ、ポジションが乱れたために正しいタイミングで荷重ができなかったというとき等、あらゆるコメントの中からその選手に適した、たった一言のコーチングを選手に与えるだけで修正が可能となるということである。



写真8 Mt. Norquayスキー場でのGSゲートトレーニング

・コーチングプログラムの受講生

コーチングプログラムやその運営全般において、日本よりもカナダが進んでいるという理由を以下のように感じた。

- CAC自体が各NFからフィードバックを受けて、プログラムの更新を行っている。
- CACが発行したプログラムをベースとして各競技団体がオリジナリティー豊かな強化プログラムを見直し、更新している。
- 強化プログラムを運営するためのシステムが、多くの競技で確立している。
- NFが独立採算にて運営されていて、スタッフ全員が共通の意識を持っている。
- CAC、NFとも、しっかりとした目的意識と義務責任を持ち、職務にあたっている。ニーズやマーケットにあった仕事内容を行い、スポンサーシップやビジョン、自分のやるべきことが明確である。
- 能力のある選手の他競技への転入がスムーズであり、競技間の連携がとれている。
- ボランティアからプロコーチまでのスポーツ指導者は、しっかりとした教育を受け、経験を積んだ優秀なコーチが生計を立てられる制度が確立しているスポーツが多い。(特に冬季スポーツ)

②スノーボードコーチング技術、トレーニング方法

カルガリースノーボードクラブ（以下CSC）の競技プログラム担当であり、NCIプログラムのMarkマスターコーチの雪上トレーニングの方法を見学しながら、カナダのコーチングメソッドや外国人のコーチング（コミュニケーション、リーダーシップ、コーチングテクニック等）を学んだ。カナダのスノーボードコーチングメソッドは、NCCP（多くの競技団体が共通して流用している）のメソッドと、CSCが作成している競技別のメソッドから構成されている。

その中でも特に目を引いたものは、コミュニケーション、リーダーシップがフルに活用されていることであった。それは欧米人の文化の特有である、“各自を尊重する”、“自身の思考や意見を主張する”というものであり、選手とコーチ双方が納得するまでとことん議論することでお互いを理解し、その結果、強い信頼関係を築いていくことにつながるものである。





スノーボードの雪上トレーニングについては、フリーライディングとゲートライディングをペリオダイゼーション（1年間を52週間のサイクルに分けて）にそってプログラミングし、それにフィジカルトレーニングやメンタルトレーニング、栄養学等を融合させて行っている。日本の現状と比べると、心技体のコーチングの上で、「技」と「体」のトレーニングには力を入れているコーチが多いが、「心」すなわちメンタルについての強化はほとんどのコーチが選手個人や専門家まかせである現状を実感した。



写真9 カルガリースノーボードクラブのトレーニング風景（Mt. Norquayスキー場にて）

### ③カナダのスノーボード（アルペン・スノーボードクロス）事情

#### ・有力選手の練習環境及び方法について

スノーボードアルペン種目の場合は、以前は各州やスキー場単位にクラブがあったが、現在は、カルガリーとオンタリオ州、ケベック州のクラブやチームに選手が集まり、トレーニングを行っている。本気でトップを目指す選手は、トレーニング環境の良いカルガリーに集結し、仮住まいの生活をしながらトレーニングを行っている。スノーボードクロスの場合は、ブリティッシュコロンビア州やケベック州に大きなチームがある。トレーニングについては、各クラブでの活動が主であり、年間通しての活動が主となっている。これは、カナダのコーチングシステムが進んでいるため、コーチが年間のトレーニングプランを作成できるからである。ウィンタースポーツのメッカであるカナダにおいて、スノーボードのスピード種目はマイナーな部類であり、他のメジャースポーツのように会社や学校等の支えがなく、選手達は働きながら、もしくは親から援助を受けて活動を行っている選手がほとんどであり、才能があっても経済的な理由で続けられない選手がいるという状態である。

#### ・スノーボード団体

カナダのスノーボードの団体は大きく次の二つに分かれている。

競技や選手・コーチ育成を管轄するのがカナダ・スノーボード・フェデレーション Canada Snowboard Federation（以下CSF）であり、レクリエーションのスノーボードや普及、指導員育成を管轄するのが、カナディアン・アソシエーション・オブ・スノーボードインストラクターズ Canadian Association of Snowboard Instructors（以下CASI）である。

各団体にはそれぞれ資格やメソッド・プログラムがあり、それは完全に独立したのではなく部分的にリンクされており、もちろんNCCPともリンクされている。

スノーボードにおける競技者育成プログラムは、LTAD（長期育成計画）に基



づいたものであり、各年齢や発展レベルにて何をすればよいか？どのように強化すればよいか？コーチは何をすべきか？が明確となっている。



写真10 CSFの幹部メンバーとカルガリー大学内にて

#### ④カナダのスノーボードチーム

カナダのクラブチームとナショナルチームは以下のように分類される。

- ・カナダのクラブチーム
- ・カナダの各州チーム
- ・カナダの強化チーム
- ・カナダのナショナルチーム
- ・カナダのオリンピックチーム

#### ⑤カナダのトレーニング施設

アルペン種目は圧雪したバーンにポールを設置してトレーニングするため、一般のスキー場で対応可能であり、全土に数多くあるが、ハーフパイプ種目は全土に数カ所（BC州のBig White Mountain、AB州のCanada Olympic Park (C.O.P)、QC州Stoneham、等）と少ないため、アメリカへ大会や合宿に遠征しているチームが多い。スノーボードクロスは、コースが常設されているスキー場はハーフパイプよりも少なく1, 2カ所程度である。そのような環境ではあるが、カナダにスノーボードクロスに強い選手が多い背景としては、次の要因があると考えられる。

- Whistler / Blackcombを代表する広大なスキー場（全長10km）があり、長距離滑走が可能のため各選手の滑走の限界スピードが高い。
- 日本のスキー場は、制限区域以外の滑走は禁止であるが、カナダのスキー場は各自の責任においてスキー場のあらゆる場所の滑走が可能であるため、整備されていないさまざまな地形を滑りながらバランス能力や総合滑走スキルの向上が容易に行える。
- スポーツを心底楽しむという民族性である。
- スノーボードを遊びながら楽しめる環境にあることと基本的なテクニック（落下していくこと）を小さい時期から自然に身につけている。

また、カナダの選手で特筆すべき点としては、体力レベルが高い選手がとても多いということである。これは、カナダ人の多くは体を動かすことが好きであり、労働（学業）と運動とのバランスがとれていて（どちらかという働くことよりも遊ぶことが大好きな民族性であるが）、日頃から体を動かしてスポーツを楽しむ文化が根づいているからであると思われる。

#### ⑥世界のスノーボードの流れと今後の日本について

世界のスノーボード競技の潮流については、用具の進化への対応が容易であり、アルプス山脈があり自宅から容易に車で移動できるヨーロッパや、通年を通じて

トレーニングが行える環境を備え、幅広いスポーツトレーニングの分野でアドバンテージを持つ北米の選手が上位を占めると思われる。特にその中でもジュニアからシニアまでの一貫した強化システムが定着している国や独自のシステム（スキーマの強化方法の流用や他種目競技とのリンクがなされている等）を備えている国が厚い選手層を構築し、世界のトップ選手を数多く輩出していくと思われる。

日本の現状としては、ジュニア競技者の減少、選手層の希薄化、選手を取り巻く経済的問題等の問題があるが、まずは一貫指導システムや競技者育成プログラムの早期構築と、ハイパフォーマンス選手への専門トレーニング環境（堅くて急な斜面でのハイスピードトレーニングや世界トップレベルの選手との合同トレーニング、競技特性に沿ったフィジカルトレーニング、メンタルトレーニング、栄養学、語学、など）の整備が急務であると考えられる。

#### (4) 研修成果の活用計画

今回の研修で学んだ、トップレベルのコーチング技術やコーチ育成システム等を共有して、一貫指導システム、競技者育成プログラム、コーチ育成・教育制度プログラムの構築へ協力し、以下のように展開していくように考えている。

- LTAD（長期育成計画）の活用（一貫指導システムの中で）
- 全日本スキー連盟スノーボード部一貫強化体制づくり（競技者育成プログラム）
- 指導者育成プログラムの構築

#### (5) その他、海外のスポーツ、スポーツ環境、スポーツ行政等

##### ① 車社会について

北米は車社会であり、自動車を所有することで利便性が大幅にアップする。研修先であるカルガリー大学までは、公共機関もしくは徒歩での移動が可能であり、車がなくても行動するには支障はないが、車（中古車でもかまわない）があった場合、バス等の待ち時間や移動時間の短縮や、仲間との懇親、雪上実習に行く際の時間短縮等、自分で自由に使える時間が大幅に増え、利便性は3、4倍となる。車を所有して一番便利だと感じたのが、急な授業の変更やマスターコーチとのミーティング、急に関係者と会う時に迅速に対応することができたことにより、人脈や交流が広がり、新しい発見や知識を得ることができたことであった。私は、カルガリー市内のTOYOTAのディーラーにてミニバンの中古車を購入したが、これは、現地の知人（日本人）から中古車事情を聞いた際、北米車は故障が多く町中で急に車が止まってしまったり、研修終了時に車を下取りに出す際にほとんど値段が付かないが、日本車は故障が極めて少なく、下取り金額が良い（北米車とくらべて2～3倍高い）ということがあったからである。ディーラーは一般の中古車よりも割高だが、信用と安心を求める方にはおすすめである。車のナンバーの取得や保険手続きは日本と異なるため、ディーラーで尋ねたりインターネットで調べたりして自身にて行った。そのため、初めての場所の立地状況や土地勘を得る役に立ち、街のレイアウトをすぐに覚えることができた。





## ②カナダでの生活

今回の研修には、私の妻と長男（9歳）と長女（7歳）を帯同した。最初は、単身での渡航を考えたが、別居生活が1年間という長期に渡ることや子供達がゴールデンエイジという大切な時期であることから、スポーツが盛んな北米にて子供達と一緒に過ごしてスポーツをしたり、カナダの文化を学ぶことが重要であると思ったからである。また、子供達が現地の学校に通いながら、スポーツクラブに参加してカナダ人との交流が増えたり、カナダと日本の文化の違いやさまざまな事柄を体験、習得できるチャンスであり、彼らの人生において良い経験になればと思ったからである。実際に家族と現地で過ごして良かったと思うこととしては、生活基盤を築く手続き全て（不動産やオーナーとの交渉等、電気、ガス、水道、電話、インターネットの契約）の電話や電子メールのやりとりを英語にて行ったことが、現地の生活風習や文化の違いを感じることや語学向上の役に立った。また、カナダ人である子供の学校の友達や親達との交流が増え、多くの情報を得たり、言葉や文化や習慣、考え方の違いを肌で感じる事ができたことでした。

### <カナダの文化：自己主張について>

今回、講義や生活する中で、カナダの人はしっかりと自己主張して自分の考えを相手に伝えることができる人が多く、日本の文化と大きく違うと感じた。私自身の講義体験や現地の小学校に通う私の子供達の授業の様子を聞いて気づいたことだが、北米の人が自己主張を積極的に行う背景としては、小学校低学年の学校の授業（自分の考えを自分の言葉ではなす、人の言うことを聞き入れ、それについて自分の意見をのべる）からそれらが徹底して教育され、こちらでは当たり前のこととなっているからであった。

### <食事をとるタイミング>

日本は原則3食で、一部のトップスポーツ選手が5食以上という食事のスタイルだが、カナダは5食以上小分けに食事をとることや水分をこまめにとるといふ食生活が浸透していることに驚いた。それは、たとえ授業や講義中であつたとしても容認されており、小学校では、昼食の前と後にスナックタイムというお菓子を食べる時間が設けてある。最初私の子供達はスナック菓子を持って行っていたが、体質にあわないというため果物を持って行くようになった。

### <カナダのナショナルトレーニングセンターについて>

カナダの選手がオリンピックでメダルを取ることと、競技レベルの向上を主の目的として運営されている“ナショナルトレーニングセンター”について以下へ説明する。

運営は、WinSport Canada (IHCODA: Calgary Olympic Development Association) が行っている。WinSport Canadaは、カルガリー冬季オリンピック（1988年）を招致する際に結成された非営利団体であり、そのビジョンと目的は、オリンピックの遺産および冬季スポーツの発展プログラムの世界的な基準になるということ

を掲げていることである。具体的な活動としては、冬季スポーツで1番の国になるために、強化リーダーの育成・承認やオリンピックの時に作られた施設を維持・有効活用することや、カナダ人アスリートの発掘、育成、強化のために世界レベルの冬季スポーツ施設を環境を破壊することなく利用し持続するというビジネスモデルを通じて供給するという任務のもと運営している。

次の価値を元にして発掘、育成、強化をおこなう。

- \* Excellence 優秀
- \* Integrity 誠実
- \* Sportsmanship スポーツマンシップ (競技者の正々堂々とした振舞いや態度)
- \* Safety 安全性
- \* Fun 楽しみ
- \* Guest service ゲストサービス 客へのもてなし
- \* Teamwork チームワーク 共同作業 みんなで力をあわせる
- \* Sustainability 環境を破壊することなく資源利用を持続することができること

WinSport Canadaは、3つの強化トレーニング施設を運営している。

◆Farnham Glacier (ファーナム氷河、ブリティッシュコロンビア州：アルペンスキー、フリースタイルスキー、スノーボード) 現在は、カナダの雪上スポーツ選手の夏季トレーニングの重要な拠点とされている。ここは、ヨーロッパや南半球にトレーニングに行くよりもコストを軽減でき、プライベートなトレーニングが可能である。

例えば、フリースタイル種目向けのコブ斜面やキッカー等のアイテムを自由に増設したり、バーンの堅さを圧雪具合によって調整したりすることが可能である。

◆Beckie Scott High-Performance Training Centre (Haig Glacier/Peter Lougheed Provincial Park, Kananaskis Country)

標高2700mの地点にあるカナダのエリートクロスカントリースキー選手用の夏季トレーニングフィールド。ここでも環境を破壊することなく、太陽電池やプロパンガスを利用したり、水を5段階浄化したり、生ゴミを持ち帰ったりと配慮した合宿が行われている。

◆Canada Olympic Park

1988年の冬季オリンピックの会場となったカルガリー市内から15分、ロッキー山脈の入り口という絶好のロケーションであり、リフトが2機あるスキー場で、多目的競技場、トレーニング場やレークレーション会場として1年を通じて競技者や一般人に利用してもらえるようデザインされている。カ



写真11 C.O.PでのSLゲートトレーニング

ナダでは、一番といえるハーフパイプがある施設である。

### National Sport School (NSS)

1994年にハイパフォーマンス学生アスリートのために設立されたNSSは、カルガリー教育機関とWinsport Canadaからサポートされ、学業とトレーニングの両立が達成されるように先生と両親とコーチによる個人プログラムが用意されている。グレード9から12までの学生約150人について、競技会の遠征の時には、インターネットによる遠隔授業にて勉強をする。2006年のトリノ冬季オリンピックの際は、20人（カナダチームの10%）以上の学生選手を輩出した。

### ③カナダの特殊トレーニング施設：Farnham氷河について

Farnhamの夏季トレーニングの運営は、氷河までの道路の整備やベースキャンプ（滞在施設）の整備を含めて年間200万ドルの資金をWinSport Canadaやバンクーバー2010と慈善家とのパートナーシップにて調達され行われている。運営は、CODAの職員が中心となって行っており、Rudiamへの送迎や宿泊施設、トレーニング施設、雪上の管理、緊急時の対応、受入全般等を行っている。

カナダB.C州に位置するファーナム（Farnham）氷河にて、CSCによるトレーニ



写真12 ファーナム氷河とベース1



写真13 ファーナム氷河とベース2



写真14 トレーニングスロープ



写真15 パラレルスラロームのトレーニング







写真16 雪上車にて山頂へ



写真17 ファーナム氷河と周囲の山脈



写真18 チューンナップルーム1



写真19 食堂



写真20 バスルーム



写真21 食堂(左)、レクリエーションルーム(右)  
TV、DVD鑑賞が可能。ジュニア選手達はビデオゲームを持ち込み使用

ングが行われた。ここは、Radiumという街から約1時間ほど車で走ったところにあるベースから徒歩30分（車では5分ほど）登った所にベースキャンプがある。そこから約400mほど上がったところの氷河がトレーニング斜面となる。ここにはリフト施設が無いので、雪上車3台にて山頂までのピストン輸送をしてもらい滑走ト





写真22 寝室テント内部



写真23 ドライランドトレーニングジム



写真24 チューンナップルーム2



写真25 ベースキャンプ全景

レーニングを行う。宿泊施設には自家発電によるヒーターとライトが完備された4～5人部屋、キッチンエリア、シャワー、トイレ、ワックスルーム、スキーロッカー、固定自転車が完備されたトレーニング室、レクリエーション用品が完備され、トレーニング後には、衛生中継のテレビやインターネットの利用が可能となっており、新鮮な水の供給システムやキッチン、シャワー、トイレの施設の汚水浄化システムが完備されている。

## (6) 研修を終えて

カナダでの1年間の研修にて、多くの選手や指導者、講師、子供達、父兄達と出会い多くのことを学んだことは、今後指導者として、自分の人生にとって、貴重な体験であり有意義なものになると確信する。スポーツを心から楽しみ、競い合う楽しさや勝つ楽しさ、トレーニングをする楽しさは、人生を楽しむという基本的ライフスタイルの延長線上にあるカナダの文化に肌でふれ、感じられたことにより、人と接することが楽しいと感じ、人と会えないことや離れることが寂しいと素直に感じることを思い出させられた。そして、今回多くのことを集中的に学んだことにより、学ぶことの楽しさを再発見することができた。個を尊重し自身で考え、それをはっきりと自己主張をするという日本と違う文化の中で、大切なスキルであるコミュニケーションや





## 資 料

1. スポーツ指導者海外研修事業実施要項
2. スポーツ指導者海外研修事業派遣者一覧
3. スポーツ指導者海外研修事業修了者名簿

# スポーツ指導者海外研修事業実施要項

## 1. 趣旨

本会加盟団体に所属している新進気鋭の若手指導者をスポーツ指導者海外研修員（以下「海外研修員」という）として海外に派遣し、その専門とする競技水準の向上に関する具体的な方法等について研修させるとともに、海外の選手強化対策、指導者養成の実態等について調査・研究に当たらせ、将来我が国のスポーツ界を担う指導者として育成する。

## 2. 海外研修員の種類と研修期間

- (1) 海外研修員は長期派遣者(研修期間2年以内)と短期派遣者(同1年以内)とする。
- (2) 海外研修員は、原則として1ヶ所において集中的に研修するものとする。

## 3. 海外研修員としての条件

海外研修員は、次の条件を全て満たしている者でなければならない。

- (1) 帰国後すぐに、本会の強化スタッフとして推薦でき、競技団体における指導者として活躍できること。
- (2) 渡航先の研修施設の受け入れの保証があること。
- (3) 勤務先等の所属長より渡航の承諾を受けていること。
- (4) 外国での研修に堪えうる語学力を有すること。
- (5) 当該年度の8月末日までには渡航先に出発できる見込みがあること。

## 4. 海外研修員候補者の選考

- (1) 本会は本会ならびに本会加盟団体を対象に、海外研修員にふさわしい者（以下「候補者」という）を募集する。
- (2) 前項により当該団体（本会含む）が候補者を推薦する場合には、別に細則で定める海外研修員候補者推薦書を本会に提出するものとする。

## 5. 海外研修員の決定

- (1) 本会は前項の推薦書に基づき書類選考ならびに面接の上、海外研修員を正式決定するものとする。
- (2) 海外研修員は、別に細則で定める誓約書及び海外研修計画書を本会に提出しなければならない。
- (3) 決定後、出発まで各自語学研修を行う。

## 6. 海外研修員に支給する経費

海外研修員に対する経費は、別に細則で定める要領で支払うものとする。

## 7. 海外研修状況の報告

海外研修員は3ヶ月毎に別に細則で定める研修状況報告書を本会に提出しなければならない。

## 8. 海外研修の中止

本会は海外研修員が本要項に違反したり、不適当な行為があったときは、その研修をとりやめ、帰国を命じることができるものとする。

## 9. 海外研修報告書の提出

海外研修員は、帰国日より1ヶ月以内に別に細則で定める研修報告書を提出しなければならない。

## 10. その他

- (1) 海外研修員は帰国後、本会の開催する諸事業において研修報告を行う。
- (2) その他、海外研修員の派遣に関し必要な事項については別に細則で定めるものとする。

- \*平成12年4月1日 一部改訂
- \*平成14年4月1日 一部改訂
- \*平成16年4月1日 一部改訂
- \*平成18年11月1日 一部改訂

## スポーツ指導者海外研修事業 研修員一覧

競技／年度	昭和54	昭和55	昭和56	昭和57	昭和58	昭和59	昭和60	昭和61	昭和62	昭和63	平成元	平成2
陸上競技	沢木啓祐	宮川千秋	鬼塚純一	村木征人	室伏重信		永井 純		宮下 憲		吉田雅美	
水泳	*田口信教	松井 守	宮原利幸 二木広幸				元好三和子			高橋繁浩	高橋繁浩 坂本 弘	中森智佳子
サッカー	森 考慈		松本育夫			田村 脩		山口芳忠				
スキー	*笠谷幸生 *富井澄博					古川年正					*八木弘和	
テニス		本村 行									田村伸也	
ボート												
ボクシング									荻原千春			
ハレーボール			古沢久雄		荒木田裕子	荒木田裕子						
体操		監物永三		北川淳一					*具志堅幸司			加納弥生
バスケットボール	西尾末広	田中徹雄										
スケート					入沢孝一							
レスリング	*市口政光			藤本英男		富山英明				高田裕司	宮原厚次	
セーリング		松山和興										
ウェイトリフティング	福田 弘		*山下 修			*細谷治朗					三宅義信	
ハンドボール	早川清孝		樫塚正一									
自転車												
卓球										須賀健二		
相撲												
馬術									石黒健吉			
フェンシング			*藤沢義彦									
柔道	中村良三		重岡孝文		柏崎克彦			山下泰裕			細川伸二	
バドミントン				関根義雄							蘭 和真	
ライフル射撃	栗田俊昭		*香西俊輔					市村 忠				
剣道	巽 申直	志沢邦夫										
近代五種			富安一朗									
ラグビーフットボール				水谷 真								
カヌー		本田宗洋					福里修誠					
空手道			真野高一									西村誠司
アイスホッケー												
なぎなた	田中ミヤ子											
ホフスレー・リュージュ			市橋善行								鈴木省三	
野球												
武術太極拳												
トライアスロン												
合計	13	8	13	5	4	5	3	3	4	3	10	3

※合計数は延人数

※競技団体名の網掛けは非オリンピック競技

※氏名の前の\*は長期

平成3	平成4	平成5	平成6	平成7	平成8	平成9	平成10	平成11	平成12	平成13	平成14	平成15
			青戸慎司		内田孝男		*土江寛裕				吉田孝久	近野義人
*田中 京			緒方茂生	緒方茂生		鈴木大地					岩崎恭子	林 享
田嶋幸三		野地照樹										木村孝洋
北島光則				*佐藤 晃				菅野範弘		斗澤由香子	斗澤由香子	
					西野真一		米沢 徹				*植田 実	
				杉藤洋志	杉藤洋志							
							本 博国					
	*田中幹保						佐藤浩明					
秋山エリカ				梶谷信之		瀬尾京子	瀬尾京子	三浦華子	*畠田好章		菅原リサ	*松永里絵子
									青柳 徹	青柳 徹	和田貴志	和田貴志
			*佐藤 満			赤石光生					嘉戸 洋	
								松本真也				
	田口 隆			東根明人		松井幸嗣		玉村健次		*田中 茂		
				大門 宏								
前原正浩									渡辺理貴			河野正和
		齋藤一雄										
		*後藤浩二郎										
松岡義之	山口 香	中西英敏			田辺陽子	岡田弘隆	持田達人	増地千代里	金野 潤	長井淳子	中村行成	橘崎教子
		金坂広幸							*藤井 彌	三野卓哉		
				勝田 隆				山本 巧				
佐久本嗣男		成田寛志										
		清野 勝										坂井寿如
			栗山浩司									
	筒井大助								小島啓民			
桑原典子						二宮秀夫				神庭裕里		
										佐藤吉朗		
8	4	7	4	7	4	7	5	7	5	7	8	8



競技／年度	平成16	平成17	平成18	平成19	平成20	計
陸上競技		今村文男			山崎一彦	16
水泳		*立花美哉		*稲田法子		15
サッカー					猿澤慎治	9
スキー			*工藤昌巳	佐々木耕司		10
テニス			谷澤英彦			7
ボート						1
ボクシング						3
バレーボール	山田晃豊		松本洋			6
体操	橋口美穂	原田睦巳			*村田由香里	14
バスケットボール						3
スケート					白幡圭史	4
レスリング						9
セーリング						3
ウエイトリフティング						5
ハンドボール	*山田永子					9
自転車						2
卓球						5
相撲						2
馬術						3
フェンシング			岡崎直人			3
柔道	中村兼三	阿武教子			*井上康生	20
バドミントン						3
ライフル射撃						7
剣道						3
近代五種						2
ラグビーフットボール						4
カヌー						3
空手道						5
アイスホッケー						3
なぎなた						2
ホブスレー・リュージュ						4
野球						3
武術太極拳						4
トライアスロン						2
合計	4	4	4	2	5	194

## スポーツ指導者海外研修事業 研修員名簿

	氏名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研修内容
1	田口 信教	54年長期	水泳(競泳)	昭和54年10月24日 ～昭和56年10月31日	アメリカ インディアナ州 ブルーミントン	インディアナ大学 ジェームズ・E・カンシルマン	競泳の指導技術の理論と実践
2	市口 政光	54年長期	レスリング (グレコローマン)	昭和54年9月20日 ～昭和56年9月18日	アメリカ ウィスコンシン	ウィスコンシン大学 ウィリアム・P・モーガン	レスリング競技の運動構造と 技術分析に関する比較研究
3	笠谷 幸生	54年長期	スキー(ジャンプ)	昭和54年11月29日 ～昭和56年12月3日	オーストリア インスブルック	オーストリア国家検定 ジャンプコース 養成コース	ジャンプ競技におけるコーチング トレーニング法の修得
4	富井 澄博	54年長期	スキー(アルペン)	昭和54年9月5日 ～昭和56年5月15日	オーストリア インスブルック	オーストリア国家検定 アルペンコーチ 養成コース	滑降競技における運動機能技術 分析に関する比較研究
5	森 孝慈	54年短期	サッカー	昭和54年11月21日 ～昭和55年11月20日	ドイツ ケルン	西ドイツ ブンデス フットボールリーグ IFCケルン	ナショナルコーチにふさわしい 知識の習得、指導実践の現地研修
6	沢木 啓祐	54年短期	陸上競技(中・長距離)	昭和54年9月16日 ～昭和55年7月7日	アメリカ オレゴン州	オレゴン大学 オレゴントラッククラブ	米国における中・長距離 コーチング法の修得
7	早川 清孝	54年短期	ハンドボール	昭和54年10月11日 ～昭和55年9月25日	ドイツ ケルン	ケルン ドイツ体育大学 (D・S・H・S)	西ドイツハンドボール組織のあり方 選手育成・ナショナルチームの指導体制
8	西尾 末広	54年短期	バスケットボール	昭和54年9月18日 ～昭和55年9月13日	アメリカ レキシントン	ケンタッキー大学 ジョー・B・ホール	バスケットボールについての コーチング論の研修
9	福田 弘	54年短期	ウエイトリフティング	昭和54年11月5日 ～昭和55年10月30日	アメリカ ロサンゼルス	ロサンゼルス マーベリッククラブ他	ウエイトリフティングの理論 育成コーチシステム
10	物故 栗田 俊昭	54年短期	ライフル射撃	昭和54年12月5日 ～昭和55年11月24日	ドイツ ヴァイスバーデン	西ドイツ ヴァイスバーデン射撃学校	射撃技術の修得・コーチ学 トレーナー課程の研修
11	中村 良三	54年短期	柔道	昭和54年10月6日 ～昭和55年10月30日	フランス パリ	フランス柔道連盟	外人選手の特性への対応策 コーチング学の研修
12	巽 申直	54年短期	剣道	昭和54年10月18日 ～昭和55年9月10日	イギリス ロンドン	ネリキ道場 英国剣道連盟	英国人の剣道観に関する実態調査
13	田中 ミヤコ	54年短期	なぎなた	昭和54年10月18日 ～昭和55年10月18日	アメリカ ロサンゼルス	アメリカ なぎなた連盟他	アメリカにおける武道(スポーツ)の 動向等調査
14	藍物 永三	55年短期	体操	昭和55年10月30日 ～昭和56年10月24日	アメリカ カリフォルニア	カリフォルニア大学 ロサンゼルス校	体操競技のコーチング 体操競技国際公認用語の習得
15	松井 守	55年短期	水泳(水球)	昭和55年10月17日 ～昭和56年10月16日	ハンガリー ブタペスト	ハンガリー ブタペスト B. V. S. Cクラブ	水球の技術研修
16	松山 和興	55年短期	ヨット	昭和55年11月15日 ～昭和56年11月12日	イギリスワイト島	英国ナショナル・ セイリングセンター 王立ヨット協会	ヨット・コーチ学の研修・選手強化 施設、方法の調査
17	本田 宗洋	55年短期	カヌー	昭和55年11月11日 ～昭和56年12月10日	ドイツ デュイスブルグ	西ドイツスポーツシュレ 西ドイツカヌー協会	カヌーの漕法および指導法
18	田中 徹雄	55年短期	バスケットボール	昭和55年10月15日 ～昭和56年10月15日	アメリカ ケンタッキー	ケンタッキー大学 ジョー・B・ホール	バスケットボールコーチ指導法 ウエイト・トレーニング他
19	宮川 千秋	55年短期	陸上競技(短距離)	昭和55年11月8日 ～昭和56年9月20日	アメリカ カリフォルニア	カリフォルニア大学 ヘイワード	陸上競技における指導法 (特に短距離走について)
20	本村 行	55年短期	テニス	昭和55年11月5日 ～昭和56年11月4日	アメリカ カリフォルニア	カリフォルニア大学 ロサンゼルス他	テニス指導法(特にジュニアの指導法)
21	志澤 邦夫	55年短期	剣道	昭和55年12月26日 ～昭和56年12月27日	オーストラリア シドニー他	オーストラリア剣道連盟	オーストラリアの剣道実態調査 コーチ法の研修
22	香西 俊輔	56年長期	ライフル射撃	昭和56年11月15日 ～昭和58年11月15日	アメリカ テキサス	ラニー・パッシュャム射撃学校	射撃技術の研修 メンタル・マネージメント・プログラムの研修
23	藤澤 義彦	56年長期	フェンシング	昭和56年8月2日 ～昭和58年8月1日	フランス パリ	国立スポーツ研究所 (I. N. S. E. P)	フェンシング基礎技術、競技規則 審判技術指導法等の研修
24	山下 脩	56年長期	ウエイトリフティング	昭和57年1月29日 ～昭和59年1月28日	ドイツ ミュンヘン	ナショナルスポーツセンター バイエルン州ウエイトリフティング連 盟	ウエイトリフティング理論、育成システム クラブ組織、コーチングシステム
25	古沢 久雄	56年短期	バレーボール	昭和56年12月15日 ～昭和57年10月13日	ブルガリア ソフィア	ソフィア体育大学 ブルガリアバレーボール連盟	バレーボール指導法の体系とスポーツ 社会学理論およびゲーム分析
26	鬼塚 純一	56年短期	陸上競技 (混成競技)	昭和56年9月10日 ～昭和57年9月11日	アメリカ カリフォルニア州	カリフォルニア州立大学 ロングビーチ校	混成競技における技術水準および競技水 準向上に関する具体的方法論の研修
27	宮原 利幸	56年短期	水泳(水球)	昭和56年10月25日 ～昭和57年10月31日	アメリカ カリフォルニア州	アメリカ水球 ナショナルチーム	水球競技におけるコーチ学の研修と技術 の研修
28	二木 廣幸	56年短期	水泳(飛込)	昭和56年10月13日 ～昭和57年10月2日	アメリカ カリフォルニア州	ミッションビエホ・スイム・クラブ マイアミ大学	飛込技術の修得およびエージ・グループ の指導法の研修
29	松本 育夫	56年短期	サッカー	昭和56年10月9日 ～昭和57年10月8日	ドイツ ケルン	西ドイツサッカー協会 I. F. C. ケルン	西ドイツにおけるジュニア選手の育成とそ の方法
30	櫻塚 正一	56年短期	ハンドボール	昭和56年10月13日 ～昭和57年9月9日	ドイツ ケルン	ケルン・ドイツ体育大学 (D・S・H・S)	ナショナルプレーヤーの指導内容と指導 体系、クラブチームシステム等研修
31	富安 一郎	56年短期	近代五種	昭和56年9月1日 ～昭和57年8月31日	アメリカ テキサス州	サンアントニオ近代五種トレーニン グ・センター	選手強化策の現状把握、ジュニア底辺の 普及対策 指導者養成の実態調査
32	物故 真野 高一	56年短期	空手道	昭和56年11月25日 ～昭和57年11月25日	アメリカ ニューヨーク州	コロンビア大学体育学部 全米空手道連盟	競技力向上に関する研究(体力・技術) 空手におけるパワー、体力向上のための 理論と実践
33	市橋 善行	56年短期	ボブスレー	昭和56年11月10日 ～昭和57年11月10日	スイス サンモリッツ他	スイスボブスレー連盟 イタリヤ・コルチナ ボブスレー製造メーカー	ボブスレー競技、技術向上のための実技 研修 ボブスレー機の修理調整研修

	氏名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研修内容
34	重岡 孝文	56年短期	柔道	昭和56年12月3日 ～昭和57年12月2日	ドイツ ケルン	西ドイツ柔道連盟 ドイツ体育大学 (D. S. H. S)	ヨーロッパ各国の指導体制、トレーニング方法の研究、選手強化対策・ヨーロッパ選手権大会の研修と分析
35	村木 征人	57年短期	陸上競技(跳躍)	昭和57年10月21日 ～昭和58年10月14日	アメリカ サンティエゴ	カルフォルニア州 サンティエゴ大学	跳躍競技の技術研修
36	北川 淳一	57年短期	体操	昭和57年9月1日 ～昭和58年9月2日	カナダ トロント	ヨーク大学 カナダ体操協会	体操競技の技術水準向上のための指導法研修
37	藤本 英男	57年短期	レスリング (グレコローマン)	昭和57年10月14日 ～昭和58年10月15日	ハンガリー ブタペスト	ハンガリー レスリング協会	グレコローマンスタイルの高等技術の修得 技術分析と実践での応用トレーニング法の研究
38	関根 義雄	57年短期	バドミントン	昭和57年12月1日 ～昭和58年11月29日	イギリス ロンドン	ウィンブルドン スカッシュ&バドミントンクラブ	世界トッププレーヤーの強化方法および ジュニア対策についての調査研究
39	水谷 眞	57年短期	ラグビーフットボール	昭和57年9月2日 ～昭和58年10月29日	イギリス ロンドン	イングランド ラグビー協会	戦法、技術論、およびコーチ学
40	入澤 孝一	58年短期	スケート(スピード)	昭和59年2月20日 ～昭和60年3月19日	ノルウェー オスロ	ノルウェースケート連盟 オスロ大学	ヨーロッパスピードスケートの強化体制および コーチングの研修
41	柏崎 克彦	58年短期	柔道	昭和58年5月1日 ～昭和59年4月7日	イギリス ロンドン	BUDOKWAI イギリス柔道連盟	イギリスを中心としたヨーロッパ柔道技術および トレーニング研究
42	室伏 重信	58年短期	陸上競技(投てき)	昭和58年10月16日 ～昭和59年10月4日	アメリカ ロサンゼルス	カリフォルニア大学 ロサンゼルス	アメリカ投てき選手を中心としたトレーニング および技術研究
43	荒木田 裕子	58年短期 59年短期	バレーボール	昭和58年10月12日 ～昭和60年10月30日	スイス ドイツ	スイスバレーボール連盟 西ドイツバレーボール連盟	ヨーロッパ諸国のバレーボール戦術 技術 研修と情報収集
44	細谷 治朗	59年長期	ウエイトリフティング	昭和60年1月15日 ～昭和62年1月10日	ハンガリー ブタペスト	タタバニアスポーツクラブ ハンガリーナショナルチーム	ウエイトリフティング理論、クラブ組織論、育成 システム、コーチシステム
45	富山 英明	59年短期	レスリング (フリースタイル)	昭和59年12月16日 ～昭和60年12月15日	アメリカ アイオワ州	アイオワ州立大学	レスリング競技のコーチ学
46	田村 脩	59年短期	サッカー	昭和59年9月19日 ～昭和60年9月24日	ハンガリー ブタペスト	ハンガリー大学他	サッカーの指導方法および実践
47	古川 年正	59年短期	スキー(アルペン)	昭和59年10月25日 ～昭和60年10月21日	アメリカ バーモント	アメリカ・スキー ナショナルチーム	アルペン競技における運動構造と技術分析
48	本間 三和子 (旧姓:元好)	60年短期	水泳 (シンクロナイズドスイミング)	昭和60年8月15日 ～昭和61年8月23日	カナダ カルガリー	アクア・ベル スイミングスクール カルガリー大学	シンクロナイズドスイミングのコーチ法
49	永井 純	60年短期	陸上競技(中距離)	昭和60年11月16日 ～昭和61年11月15日	オーストラリア メルボルン	メルボルン大学	陸上競技のコーチング法
50	福里 修誠	60年短期	カヌー	昭和60年10月8日 ～昭和61年10月3日	ドイツ デュセルドルフ	西ドイツカヌー協会	カヌーの指導法と双方漕法
51	山下 泰裕	61年短期	柔道	昭和61年8月25日 ～昭和62年8月26日	イギリス ロンドン	イギリス柔道連盟	英国及びヨーロッパ各国の柔道強化対策 と指導法
52	山口 芳忠	61年短期	サッカー	昭和61年10月24日 ～昭和62年10月30日	ドイツ ミュンヘン	西ドイツサッカー協会 F. C. バイエルン ミュンヘン	西独プロサッカーにおける指導方法及び ゲームの戦い方
53	市村 忠	61年短期	ライフル射撃	昭和61年11月9日 ～昭和62年11月8日	ドイツ ヴイスバーデン	西ドイツ射撃協会 国立射撃学校	ライフル射撃における力学及び心理学的 要素についての個人間の差異の解析に関 する研究
54	具志堅 孝司	62年長期	体操	昭和62年9月17日 ～平成元年9月4日	ドイツ チュービンゲン	チュービンゲン大学	体操競技の指導方法
55	萩原 千春	62年短期	ボクシング	昭和62年10月1日 ～昭和63年10月5日	アメリカ クラマスコール	オレゴン工科大学	アメリカにおけるボクシングのトレーニング 法
56	宮下 憲	62年短期	陸上競技(障害)	昭和62年8月26日 ～昭和63年8月29日	ドイツ ケルン	ケルン・ドイツ体育大学	ハードル種目に関する技術・トレーニング 方法論の研究
57	石黒 建吉	62年短期	馬術	昭和62年11月12日 ～昭和63年11月12日	イギリス ウィストン	アッシュローブファーム トレーニングセンター	人馬の育成・審判員、翻訳、乗馬育成に 関する研修・調査
58	高橋 繁浩	63年短期 元年短期	水泳(競泳)	昭和63年10月14日 ～平成2年9月16日	アメリカ コロラドスプリングス	コロラドスプリングス スポーツ科学研究所	運動生理学を中心に水泳の科学的トレー ニング及びコーチングについて
59	須賀 健二	63年短期	卓球	昭和63年10月13日 ～平成元年10月8日	イギリス ヘasting	国際卓球連盟	卓球コーチ学研修及び国際卓球連盟に ついて
60	高田 祐司	63年短期	レスリング (フリースタイル)	昭和63年11月5日 ～平成元年10月26日	アメリカ ペンシルバニア	ペンシルバニア大学	レスリングのトレーニング方法、指導法及び 科学性について
61	八木 弘和	元年長期	スキー	平成元年11月11日 ～平成3年9月18日	オーストリア ザールフェルデン	オーストリア スキー連盟	ジャンプ一流国の強化システムとトレー ニング方式の研修
62	物故 吉田 雅美	元年短期	陸上競技(やり投)	平成元年9月15日 ～平成2年9月14日	アメリカ シアトル	ワシントン大学	投てき競技者に必要な基礎的トレーニング 法、栄養学、素材発掘の要点等の研修
63	坂本 弘	元年短期	水泳(競泳)	平成元年10月25日 ～平成2年10月24日	アメリカ コーバリス	オレゴン州立大学	競技者の指導テクニック及び泳法テク ニック
64	田村 伸也	元年短期	テニス	平成元年10月3日 ～平成2年10月2日	アメリカ フロリダ	Harry Homman Tennis Camp	テニスコーチ学の全般についての研修
65	宮原 厚次	元年短期	レスリング	平成元年11月1日 ～平成2年10月31日	ドイツ フランクフルト	西ドイツ レスリング協会	グレコローマンスタイル技術研修及びコー チ学研修
66	三宅 義信	元年短期	ウエイトリフティング	平成元年11月6日 ～平成2年11月2日	アメリカ サンフランシスコ	アメリカ ウエイトリフティング協会	ウエイトリフティングのコーチ学、スポーツク ラブ組織におけるシステムと指導方法、軍 隊における選手指導とそのシステム

	氏名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研修内容
67	細川 伸二	元年短期	柔道	平成元年11月4日 ～平成2年11月3日	フランス パリ	フランス柔道連盟	フランスを中心としたヨーロッパにおける科学的トレーニングの理論を含む選手強化の現状と比較検討及び社会体育としての普及発展状況とその指導方法について
68	蘭 和真	元年短期	バドミントン	平成元年10月10日 ～平成2年10月9日	イギリス ロンドン	英国バドミントン協会	イギリスを中心としたヨーロッパ各国の選手強化策、特にオリンピック対策(体制、組織、方法)の調査
69	鈴木 省三	元年短期	ボブスレー	平成元年12月10日 ～平成2年12月9日	カナダ カルガリー	カルガリー大学	医・科学的サポートの現状、選手育成システム、トレーニング計画と年間計画
70	加納 弥生	2年短期	体操	平成2年9月26日 ～平成3年9月19日	アメリカ	ユタ大学	体操競技の指導方法(コロログラフイー)と選手育成システム
71	西村 誠司	2年短期	空手道	平成2年11月1日 ～平成3年10月31日	アメリカ シアトル	アメリカ空手道連盟	アメリカ大陸の空手道近代技術の研究
72	水野 智佳子 (旧姓:中森)	2年短期	水泳(競泳)	平成2年10月27日 ～平成3年10月26日	アメリカ コロラドスプリングス	USOCスポーツ科学研究所	競技者の泳法及び指導法
73	田中 京	3年長期	水泳 (シンクロナイズドスイミング)	平成3年9月12日 ～平成5年9月11日	アメリカ	Walnut Creek Aquanuts Synchronized Swimming・Club	ウォールナットクリークでの実践トレーニング方法及びコーチング研修他
74	秋山 エリカ	3年短期	体操(新体操)	平成3年10月5日 ～平成4年8月15日	ロシア	Р е т н о й В о к з а л ( Д и н а м о ) М о с к в а	新体操の指導方法及びソビエトにおける選手育成システムの研修
75	田嶋 幸三	3年短期	サッカー	平成3年10月7日 ～平成4年9月27日	ドイツ イタリア	サンブドリア ジェノバ他	サッカー選手の一貫指導、特に10～18歳迄のトップ選手の指導システムの研修
76	松岡 義之	3年短期	柔道	平成3年11月8日 ～平成4年11月7日	アメリカ	アメリカ柔道連盟(VSJF)他	アメリカにおける科学的トレーニング理論・方法を含む選手強化対策の現状と比較検討、社会体育としての柔道の普及発展状況とその指導方法について研修
77	前原 正浩	3年短期	卓球	平成3年9月16日 ～平成4年9月15日	イギリス	国際卓球連盟	イギリスを中心としたヨーロッパ各国卓球協会の指導体制、強化体制、トレーニング方法の研修
78	勝部 典子	3年短期	武術太極拳	平成3年11月27日 ～平成4年11月26日	中国 北京	北京体育学院	武術競技「南拳」の競技技術及びコーチングメソッドを北京市、中国武術研究会にて研修
79	佐久本 嗣男	3年短期	空手道	平成3年11月3日 ～平成4年11月2日	ドイツ	ドイツ トレーナーアカデミー他	ヨーロッパにおける空手道近代トレーニングの実態を視察調査、研究するとともにその指導法の研修
80	北島 光則	3年短期	スキー(コンパインド)	平成3年6月20日 ～平成4年6月19日	ノルウェー	ノルウェー スキー連盟他	ノルデックコンパインド競技指導技術の研究とコーチングをノルウェーナショナルチームにおいて研修
81	田中 幹保	4年長期	バレーボール	平成4年9月20日 ～平成6年8月15日	アメリカ イタリア	アメリカ ナショナルチーム イタリアプロリーグ他	世界最強イタリアチームの技術、戦術の研究と修得 イタリアリーグの運営システムの研究、アメリカのスポーツ医学から見た選手強化策
82	田口 隆	4年短期	ハンドボール	平成4年11月16日 ～平成5年11月15日	ドイツ	ケルン体育大学他	ヨーロッパでのトレーニング指導方法、理論の研修及び新戦術の研究
83	山口 香	4年短期	柔道	平成5年2月15日 ～平成6年2月14日	イギリス	ハイウイカム柔道センター	イギリス柔道の強化の実態他
84	筒井 大助	4年短期	野球	平成4年8月31日 ～平成5年8月30日	アメリカ	ジョージア南大他	アメリカ式ベースボールの考察
85	野地 照樹	5年短期	サッカー	平成5年12月8日 ～平成6年12月7日	イギリス	イブスウィッチ フットボールクラブ	イングランドサッカーのコーチング イングランドサッカーの指導者養成
86	齋藤 一雄	5年短期	相撲	平成5年10月3日 ～平成6年10月2日	オーストラリア	オーストラリア相撲連盟	オーストラリアのタレント発掘方法及びジュニアからトップまでの選手育成システム、および体力強化の実情等についての研修
87	中西 英敏	5年短期	柔道	平成5年12月21日 ～平成6年12月20日	イギリス	エジンバラクラブ	英国および欧州を中心に、欧州柔道の技術と指導法の研究および指導体制、強化体制ならびにトレーニング方法の研修(強化現状把握・指導体系・練習体系・強化システム)
88	金坂 広幸	5年短期	ライフル射撃	平成5年10月31日 ～平成6年10月30日	ドイツ	U. Sオリンピック シューティングセンター	エア・ライフル、スモール・ライフル射撃の指導技術およびメンタルトレーニング
89	成田 寛志	5年短期	空手道	平成5年10月23日 ～平成6年10月22日	アメリカ	ジョージタウン大学	選手強化法を含むスポーツ医学全般の研修 空手道における動作の分析 脊椎のスポーツ傷害の診断と治療の研修
90	清野 勝	5年短期	アイスホッケー	平成5年8月26日 ～平成6年8月25日	カナダ	カルガリー・フレイムス(NHL)他	カナダナショナルチームのスタッフとして、アイスホッケーのコーチ学、心理学、技術の習得
91	後藤 浩二郎	5年長期	馬術	平成5年11月18日 ～平成7年11月17日	フランス ル・マン	ル・マン乗馬クラブ他	総合馬術競技に係わる選手の育成と競技馬匹の調教
92	青戸 慎司	6年短期	陸上競技	平成6年11月7日 ～平成7年11月6日	アメリカ コロラド	コロラド大学 ボルダーク校	陸上競技、主として短距離走のトレーニングについて研修し実践的にトレーニングを積み競技力向上のための指導法を研究する
93	栗山 浩司	6年短期	リュージュ	平成6年10月16日 ～平成7年10月15日	ドイツ	ドイツ ボブスレー・リュージュ連盟 (DBSV)	リュージュ競技の科学的なトレーニングシステムの現状、ジュニア選手の発掘および選手育成プログラムについて
94	緒方 茂生	6年短期 7年短期	水泳	平成6年11月14日 ～平成8年11月22日	アメリカ ミシガン州他	ミシガン大学 アメリカ水泳連盟他	アメリカの水泳とコーチングの実習
95	佐藤 満	6年長期	レスリング	平成6年11月17日 ～平成8年11月16日	アメリカ ペンシルバニア	ペンシルバニア州立大学	アメリカレスリング協会のシステムの研究 トレーニング指導法及び処方の研究 レスリング技術の研究
96	梶谷 信之	7年短期	体操	平成7年9月1日 ～平成8年8月29日	アメリカ サンフランシスコ	スタンフォード大学	体操競技の指導方法について 選手育成システムについて
97	東根 明人	7年短期	ハンドボール	平成7年8月30日 ～平成8年8月29日	ドイツ ライプチヒ	ライプチヒ大学	ハンドボール競技におけるトレーニングコーチ方法全般について
98	大門 宏	7年短期	自転車	平成8年2月2日 ～平成9年2月1日	イタリア	スポーツグループエキップ93	ロードレースの新しい技術、高度な指導技術の研究開発 諸外国の競技力の分析・戦術・戦法について
99	勝田 隆	7年短期	ラグビー	平成7年9月25日 ～平成8年9月24日	イギリス	イングランド・ラグビー フットボール・ユニオン	最新ラグビーとコーチングの理論と実際について ラグビー先進国の強化システムと内容について

	氏名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研修内容
100	佐藤 晃	7年長期	スキー (スペシャルジャンプ)	平成7年10月25日 ～平成9年10月25日	フィンランド	クオビオ市 ブイヨスキークラブ	フィンランドジャンプトレーニング内容指導法(ジュニア含む)
101	内田 孝男	8年短期	陸上競技	平成8年9月30日 ～平成9年9月25日	オーストラリア	オーストラリア 国立スポーツ研究所(AIS) キャンベラ	各種測定、トレーニングの研修 コーチングの実施研修
102	西野 真一	8年短期	テニス	平成8年10月31日 ～平成9年10月30日	アメリカ	ウィロウツリーテニスクラブ他	アメリカのジュニア育成システムの環境医療とデータの重要性アメリカのテニス界について
103	杉藤 洋志	7年短期 8年短期	ボート	平成7年9月1日 ～平成9年8月31日	カナダ 他	カナダ国立コーチング研修所	コーチングの実践研修
104	田辺 陽子	8年短期	柔道	平成8年11月24日 ～平成9年11月25日	イギリス スコットランド	クザック柔道クラブ	イギリスの柔道強化策及び環境について
105	佐藤 浩明	9年短期	バレーボール	平成9年10月1日 ～平成10年9月28日	オーストラリア キャンベラ市	The Australian Institute of Sport(AIS)	オーストラリア・スポーツ研究所の心理的支援体制の調査
106	赤石 光生	9年短期	レスリング	平成9年10月23日 ～平成10年10月30日	アメリカ アリゾナ州テンピー市	ARIZONA STATE UNIVERSITY	アメリカ合衆国が、世界へ向けたコーチングの実習
107	松井 幸嗣	9年短期	ハンドボール	平成9年10月23日 ～平成10年10月22日	ドイツ ケルン	ドイツスポーツ大学ケルン	ドイツにおけるチーム強化のための練習法・指導法と強化対策の実施及び指導者の育成
108	岡田 弘隆	9年短期	柔道	平成9年10月6日 ～平成10年9月30日	イギリス ロンドン	武道会	ヨーロッパ柔道のトレーニング方法及びコーチングについて
109	二宮 秀夫	9年短期	武術太極拳	平成9年9月26日 ～平成10年9月25日	中国 北京	北京体育大学	長拳三種目・武術全般のトレーニング法
110	鈴木 大地	9年長期	水泳	平成10年2月4日 ～平成12年2月3日	アメリカ マサチューセッツ州	ハーバード大学 アメリカ水泳連盟 他	アメリカにおける競泳のコーチングの実習
111	米沢 徹	10年短期	テニス	平成10年10月31日 ～平成11年10月30日	フランス アキテース州 アルカッション市	アルカッションテニスクラブ	フランスの指導法と練習内容の把握、フランスシステムの把握、世界レベルのテニス研究、ヨーロッパテニスの研究
112	瀬尾 京子	9年短期 10年短期	体操	平成9年10月5日 ～平成11年10月4日	アメリカ オクラホマ州 オクラホマ市	Dynamo Gymnastics Club	アメリカでの体操競技における指導方法
113	本 博国	10年短期	ボクシング	平成10年9月8日 ～平成11年9月6日	ウズベキスタン タシケント市	"DINAMO"STADIUM PUSHKIN SQUARE 他	科学的トレーニング、指導法、栄養管理
114	持田 達人	10年短期	柔道	平成10年11月10日 ～平成11年10月31日	フランス パリ	INSEP(国立スポーツ体育研究所)	フランスの国立スポーツ、体育研究所の指導体系
115	土江 寛裕	10年長期	陸上競技	平成11年1月15日 ～平成13年1月13日	オーストラリア シドニー・キャンベラ	NSW Institute of Sport, Australian Institute of Sport(AIS)	オリンピック地元開催に向けた強化体制と、競技力向上のためのトレーニング方法の習得
116	藤井 彌	11年長期	ライフル射撃	平成11年10月29日 ～平成13年10月27日	フランス パリ	フランス射撃協会	ジュニア期からの一貫指導システムの研究
117	菅野 範弘	11年短期	スキー(ジャンプ)	平成11年10月3日 ～平成12年10月2日	スロベニア ブレッド市 他	SLOVENIA SMUCARSKI KLUB TRIGLAV KRANJ	スロベニアにおけるスキージャンプの強化システム、トレーニング指導方法、転戦におけるコンディショニング
118	三浦 華子	11年短期	体操	平成11年8月10日 ～平成12年8月8日	アメリカ ボイシー市	Bronco Elite Gymnastics Club Boise State University(BSU)	アメリカ体操競技におけるジュニア、大学生の指導方法
119	松本 真也	11年短期	セーリング	平成11年12月20日 ～平成12年12月18日	アメリカ アナポリス	United States Naval Academy	セーリング先進国のアメリカ合衆国におけるコーチング研修及び実態調査
120	玉村 健次	11年短期	ハンドボール	平成11年10月12日 ～平成12年10月10日	スウェーデン イエーテボリ市	IK Savehof Tus Shutterwald	北欧のハンドボール技術におけるチーム強化のための練習法・指導法、コーチング全般
121	増地 千代里	11年短期	柔道	平成11年9月11日 ～平成12年9月12日	イギリス ロンドン	武道会、ハイウィカム柔道センター キャンベラ柔道クラブ	イギリスを中心としたヨーロッパ柔道のトレーニング方法及びコーチングについて
122	山本 巧	11年短期	ラグビーフットボール	平成11年6月14日 ～平成12年6月10日	イギリス ケンブリッジ	Cambridge University Rugby Union Football Club 他	ラグビー先進国の強化体制及びコーチングに関する研修
123	畠田 好章	12年長期	体操	平成12年10月28日 ～平成14年10月27日	アメリカ カリフォルニア	スタンフォード大学	アメリカにおけるトップ選手への指導法及び練習環境や強化育成方法の研究
124	青柳 徹	12年短期 13年短期	スケート(スピード)	平成12年8月27日 ～平成14年9月12日	オランダ フローニンゲン市	オランダスケート連盟	スピードスケート王国・オランダにおけるコーチングスキルの習得及び選手強化体制の見極め
125	渡辺 理貴	12年短期	卓球	平成12年9月14日 ～平成13年9月9日	イギリス ノッティンガム	イギリス卓球協会 他	ヨーロッパのクラブシステムとコーチング
126	金野 潤	12年短期	柔道	平成12年9月10日 ～平成13年9月9日	アメリカ コロラドスプリングス	アメリカ柔道連盟	USOCでの格闘技グループのコーチング方法アメリカ柔道連盟の強化システム
127	小島 啓民	12年短期	野球	平成12年10月13日 ～平成13年10月10日	アメリカ キューバ	スタンフォード大学 サンタクララ大学 他	アメリカ大学野球トップのスタンフォード大学チーム、キューバのナショナルチームのコーチング
128	田中 茂	13年長期	ハンドボール	平成13年8月18日 ～平成15年8月7日	スペイン バルセロナ	カタルーニャハンドボール協会	スペインのハンドボール技術及び練習法、指導法の習得
129	長井 淳子	13年短期	柔道	平成13年9月24日 ～平成14年9月23日	イギリス ハッキングガムシャー	National Judo Academy, Cambely Judo Club, High Wycombe Judo Centre	イギリスを中心としたヨーロッパ柔道の現状と選手強化の体制、指導法について
130	三野 卓哉	13年短期	ライフル射撃	平成13年9月17日 ～平成14年8月11日	ドイツ ウィスバーデン	ドイツ射撃協会 ブルガリア射撃協会	仕事と競技を両立することができるシステムの調査、ならびにそのシステムによる選手への指導方法
131	神庭 裕里	13年短期	武術太極拳	平成13年10月19日 ～平成14年10月18日	中国 北京	北京体育大学	長拳3種及び武術全般のコーチ研修
132	佐藤 吉朗	13年短期	トライアスロン	平成14年1月19日 ～平成15年1月20日	オーストラリア キャンベラ	Australian Institute of Sport	ASIをトレーニング拠点として活動しているジュニアナショナルチームに帯同



	氏名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研修内容
133	斗澤 由香子	13年短期 14年短期	スキー	平成13年8月14日 ～平成14年8月28日 平成14年11月5日 ～平成15年12月27日	カナダ ヴィクトリア	National Coaching Institute(B,C)	フリースタイルスキーに関するコーチングの実戦研修
134	植田 実	14年長期	テニス	平成14年12月9日 ～平成17年1月23日 (平成16年7月7日 ～8月28日休止)	スペイン バルセロナ	サンチェス&カサル テニスアカデミー	コーチングの実践研修
135	吉田 孝久	14年短期	陸上競技	平成14年7月27日 ～平成15年7月26日	イギリス レスターシャー	ラフバラ大学UK陸連ハイパフォーマンスセンター(HIPC)	跳躍種目コーチング技能の修得
136	岩崎 恭子	14年短期	水泳	平成14年10月4日 ～平成15年9月30日	アメリカ ロサンゼルス	ミッションビエホ・ナダドーズ・スイミングクラブ	ジュニアコーチングの実戦研修
137	菅原 リサ	14年短期	体操	平成14年8月31日 ～平成15年8月31日	オーストラリア キャンベラ	Australian Institute of Sport	コーチングの実践研修
138	和田 貴志	14年短期 15年短期	スケート(スピード)	平成14年7月25日 ～平成15年7月24日 平成15年9月1日 ～平成16年8月31日	アメリカ ソルトレークシティ	ユタ・オリンピックオーバル	コーチング及び強化システム研修
139	嘉戸 洋	14年短期	レスリング	平成14年8月16日 ～平成15年7月21日	ウクライナ キエフ	ウクライナ国立スポーツ専門大学	コーチングの実践研修
140	中村 行成	14年短期	柔道	平成14年8月18日 ～平成15年8月17日	イギリス エジンバラ	イギリス柔道連盟及びEdinburgh Club	ヨーロッパ柔道のトレーニング方法及びコーチングについて
141	松永 里絵子	15年長期	体操(新体操)	平成15年10月5日 ～平成17年10月4日	カナダ バンクーバー	War Memorial Gymnasium	選手強化育成システム及びコーチングの実戦研修
142	林 享	15年短期	水泳	平成15年10月16日 ～平成16年10月15日	アメリカ バークレー	カリフォルニア大学バークレー校	コーチング及びトレーニング理論の研修
143	橋崎 教子	15年短期	柔道	平成15年9月19日 ～平成16年9月18日	アメリカ オマハ	Offutt Air force Base Judo Team	コーチング及びトレーニング方法の研修
144	近野 義人	15年短期	陸上競技	平成16年1月19日 ～平成17年1月18日	アメリカ デーヴィス	カリフォルニア大学デーヴィス校	中距離トレーニング及びコーチング研修、バイオメカニクス研究
145	河野 正和	15年短期	卓球	平成15年9月23日 ～平成16年9月22日	イギリス ノッキンガム	英国ナショナルトレーニングセンター、イギリス卓球協会	英国及び欧州各国の卓球コーチングシステム、クラブ運営システムの研修
146	木村 孝洋	15年短期	サッカー	平成15年8月1日 ～平成16年7月31日	イギリス ロンドン	アーセナル	若手有望選手の指導・育成方法の研修
147	坂井 寿如	15年短期	アイスホッケー	平成15年8月6日 ～平成16年8月5日	カナダ エドモントン	Concordia大学	コーチングの実戦研修
148	山田 永子	16年長期	ハンドボール	平成16年8月1日 ～平成18年7月12日	ノルウェー オスロ	Bekkelaget Sport Club	ハンドボールの指導法、強化システムの研修
149	中村 兼三	16年短期	柔道	平成16年10月12日 ～平成17年11月23日	イギリス ロンドン	Budokwai柔道クラブ	コーチング、ナショナルチームとの交流
150	橋口 美穂	16年短期	体操	平成16年11月28日 ～平成17年11月30日	オーストラリア ブリスベン	Moreton Bay College	ジュニア選手の育成、ナショナル強化選手の指導方法、環境施設運営面等の研修(Moreton Bay Collegeで研修)
151	山田 晃豊	16年短期	バレーボール	平成16年9月29日 ～平成19年9月2日	イタリア ラバンナ	イタリア女子バレーボール・ナショナルユースチーム(CLUB ITALIA)	世界トップレベルのセリエAを中心にヨーロッパトップリーグの視察とコーチング、チームプレーの研修
152	立花 美哉	17年長期	水泳 (シンクロナイズドスイミング)	平成17年10月13日 ～平成19年11月12日	アメリカ サンタクララ	Santa Clara Aquamaid Synchronized Swim Club	語学研修を主とし、シンクロの歴史の深いアメリカで指導を中心にスポーツマネジメントを学ぶ
153	今村 文男	17年短期	陸上競技	平成17年9月9日 ～平成18年9月1日	イタリア サルッツォ	Scuola di Marcia e degli sport in Saluzzo	競歩選手におけるトレーニング方法とコーチングに関する研修
154	原田 睦巳	17年短期	体操	平成17年9月13日 ～平成18年9月11日	アメリカ バロアルト	Men's Gymnastics Arrillage Family Center	選手強化に関する指導方法の研修および、大学組織の競技運営方法の比較の調査
155	阿武 教子	17年短期	柔道	平成17年8月25日 ～平成18年8月24日	フランス パリ	INSEP(国立スポーツ体育研究所)	柔道競技人口が世界一のフランスにおいての指導方法や他の欧州各国の柔道事情を学ぶ
156	工藤 昌巳	18年長期	スキー(アルペン)	平成18年5月26日 ～平成20年5月24日	オーストリア インスブルック	オーストリアスキーチーム帯同	アルペンスキーコーチングについて学び、オーストリア国家検定アルペンスキーコーチ資格取得を目指す
157	谷澤 英彦	18年短期	テニス	平成18年11月30日 ～平成19年11月29日	オーストラリア ゴールドコースト	パットキャッシュインターナショナル テニスアカデミー	ジュニアからプロ選手までの指導方法
158	松本 洋	18年短期	バレーボール	平成18年11月30日 ～平成18年12月27日	ブラジル リオデジャネイロ	Centro de desenvolvimento de Voleibol	ブラジルバレーボールの強化システムとスキル、プロフェッショナルリーグの現状について
159	岡崎 直人	18年短期	フェンシング	平成18年11月20日 ～平成19年11月19日	フランス パリ	INSEP(国立スポーツ体育研究所)	トレーニング方法全般の修得およびマネージメント
160	稲田 法子	19年長期	水泳	平成19年12月16日～ 平成21年12月14日帰国予定	アメリカ アリゾナ フェニックス	Brophy College Preparatory	アシスタントとしてトレーニング方法を学ぶ
161	佐々木 耕司	19年短期	スキー(スノーボード)	平成19年8月26日 ～平成20年8月24日	カナダ カルガリー	National Coaching Institute Calgary	コーチング技術、トレーニング方法を習得し施設を視察、カナダのコーチングシステムやその構築背景を研究
162	村田 由香里	20年長期	体操(新体操)	平成20年12月18日～ 平成22年12月18日帰国予定	ロシア イルクーツク	ディナモスポーツクラブ	ロシア新体操の選手育成システム及び指導方法について学ぶ。
163	井上 康生	20年長期	柔道	平成21年1月11日～ 平成23年1月10日帰国予定	イギリス エジンバラ	イギリス柔道連盟	英語研修及びイギリスを拠点として、ヨーロッパにおける柔道指導法及びヨーロッパ各国の柔道事情を学ぶ。
164	山崎 一彦	20年短期	陸上競技	平成20年9月20日～ 平成21年9月19日帰国予定	イギリス レスター	ラフバラ大学	イギリスのオリンピック強化システムと対策の調査およびコーチングを学ぶ

	氏名	研修区分	競技名	研修期間	国名・都市名	研修施設名等	研修内容
165	猿澤 真治	20年短期	サッカー	平成20年8月13日～ 平成21年8月12日帰国予定	フランス クレヌフォンテーヌ	フランスナショナルフットボールクラブ	フランスナショナルフットボール学院にて、 U-13～15年代の育成プログラム全般を学ぶ。
166	白幡 圭史	20年短期	スケート(スピード)	平成20年6月1日～ 平成21年5月31日帰国予定	オランダ フローニンゲン	ヘーレンフェーン室内リンク	スピードスケートコーチングテクニックおよび選手強化、選手育成システムを学ぶ。

※平成21年4月1日現在





**スポーツ指導者海外研修事業  
平成20年度帰国者報告書**

発行日 平成20年3月31日

編集・発行 財団法人 日本オリンピック委員会  
〒150-8050

東京都渋谷区神南1-1-1 岸記念体育館

TEL03-3481-2230 FAX03-3481-2282

