

選手強化活動を実施-強化練習会と夏合宿で、基礎・基本と実践力を確認

選手の育成・強化を目的に、選手強化委員会による強化練習会と夏合宿が開催されました。それぞれ競技力の土台となる基礎練習に加え、実技や演技発表を通じて、日々の練習につながる内容となりました。

6月の強化練習会

6月28日、流通経済大学（茨城県龍ケ崎市）で強化練習会を開催し、強化選手・強化選手候補21名（男子6名）が参加しました。基礎・基本の反復とジャンプ技の強化を中心に、競技フロアを使用した実践的な演技練習にも取り組みました。8月のアジア選手権大会、9月の世界選手権大会を見据え、所属クラブの異なる選手がともに練習する貴重な機会となりました。



8月の夏合宿

8月5日・6日には、静岡県袋井市のさわやかアリーナで、プレユース・ユース世代を対象に夏合宿を開催。全国から42名が参加し、体幹・姿勢や身体の使い方、エアロビックステップの弾む感覚と体重移動を練習しました。身体づくりでは、新体操コーチの竹尾さやか先生から膝やつま先の伸ばし方、ストレッチなどを学び、最終日の演技発表会は林審判委員長と連携して、演技後に助言を受けました。閉会式ではこの期間の積極性などを評価して4名を表彰しました。

